

Tabletin käyttö lasten toimintaterapiassa

Eveliina Santanen

Opinnäytetyö
Maaliskuu 2015

Toimintaterapian koulutusohjelma
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala



JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU
JAMK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Tekijä(t) Santanen, Eveliina	Julkaisun laji Opinnäytetyö	Päivämäärä 16.03.2015
	Sivumäärä 56	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Tabletin käyttö lasten toimintaterapiassa		
Koulutusohjelma Toimintaterapian koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) KANTANEN, Mari & LAUTAMO, Tiina		
Toimeksiantaja(t)		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tietotekniikka muokkaa elinympäristöämme yhä enemmän ja enemmän. Erilaisista älylaitteista, kuten tabletista, on tullut myös apuväline.</p> <p>Halusin selvittää, miten tablettia jo hyödynnetään lasten toimintaterapiassa, millaisten lasten kanssa sitä voidaan käyttää, mitkä ovat sen käytön hyvät ja huonot puolet sekä tulevaisuus. Taustateorianani minulla oli American Occupational Therapy Associationin viitekehys sekä tietoa tietotekniikasta. Tämän teoria pohjalta muodostin kysymyksiä tabletin käytöstä toimintaterapiassa. Kyselyn ideana oli siis kerätä käyttökokemuksia toimintaterapeuteilta, jotka ovat käyttäneet tablettia lasten toimintaterapiassa.</p> <p>Kyselystä kävi ilmi, että tablettia käytetään toimintaterapiassa 5-12-vuotiaiden lasten kanssa sukupuolesta riippumatta. Toimintakyvyn häiriöinä lapsilla mainittiin muun muassa kehitysviive- tai häiriö ja ADHD. Tärkeimpinä terapian tavoitteina näillä lapsilla oli muun muassa hienomotoriikan, keskittymisen sekä tarkkaavaisuuden kehittyminen. Tabletin käytön yhtenä hyvänä puolena pidettiin sen monimuotoisuutta. Huonoksi puoleksi kuvattiin mahdollinen lapsen koukuttautuminen laitteeseen. Vastaajat uskoivat tabletin käytön toimintaterapiassa tulevaisuudessa lisääntyvän, sillä niiden määrä yhteiskunnassakin lisääntyy.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Lapset, tabletti, toimintaterapia		
Muut tiedot		



Author(s) Santanen, Eveliina	Type of publication Bachelor's/Master's thesis	Date 16.03.2015
		Language of publication: Finnish
	Number of pages 56	Permission for web publication: x
Title Using tablets in children's occupational therapy		
Degree programme Occupational Therapy		
Tutor(s) KANTANEN, Mari & LAUTAMO, Tiina		
Assigned by		
<p>Abstract</p> <p>Information technology modifies our environment all the time. Different kinds of smart devices, such as tablets, have also become every-day tools.</p> <p>The purpose of the thesis was to examine how tablets were already used in children's occupational therapy, with what kind of children they could be used, what the advantages and disadvantages of their use were and what the tablets' future would be in occupational therapy. As a background theory the American Occupational Therapy Association's framework and information about information technology were used. Based on this theory questions were formed about using tablets in children's occupational therapy. The idea of the enquiry was to collect user experiences from occupational therapists who had used tablets in children's therapy.</p> <p>The survey revealed that tablets were used with children between 5 to 12 years of age regardless of gender. The most common functional disability problems with these children were developmental delays or disorders and ADHD. Some of the most important therapy goals with the children were to improve their fine motor skills, attention spans and concentration. The tablets' diversity was seen one as of their advantages. The possibility of the child becoming addicted to the tablet was seen as one of its disadvantages. The respondents thought that the use of a tablet computer in occupational therapy will increase along with their increased use in general.</p>		
Keywords/tags (subjects) Children, tablet, occupational therapy		
Miscellaneous		

Sisällys

1. Johdanto	4
2. Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite.....	5
3. Tietotekniikka yhteiskunnassa	6
3.1 Tietotekniset laitteet.....	7
3.2 Tietotekniikka oppimisen tukena	7
3.3 Tietotekniikan haitat ja hyödyt.....	9
3.4 Teknologia sosiaali- ja terveysalalla.....	11
3.4.1 Tabletti kommunikoinnin apuvälineenä	13
4. Opinnäytetyön tietoperusta.....	14
4.1 Haku CiNAHL sekä Google Scholar tietokannasta.....	15
5. Lapsuus	15
6. Toimintaterapia	17
6.1 Toimintaterapian kohdentuminen (domain).....	18
6.1.1 Toiminta ja asiakkaan ominaisuudet.....	18
6.1.2 Toiminta taidot ja tavat	19
6.1.3 Konteksti ja ympäristö.....	20
6.2 Toimintaterapian prosessiosaaminen (process).....	22
6.2.1 Palvelut	23
6.2.2 Kliininen päättely ja itsensä terapeuttinen käyttö	23
6.2.3 Toiminnan analyysi ja arviointi prosessi	24
6.2.4 Terapia (interventio) prosessi ja tavoitteiden asettelu	25
7. Lasten toimintaterapia	26
7.1 Leikki.....	28
8. Opinnäytetyön kulku.....	29

8.1	Laadullinen tutkimus	29
8.2	Aineiston keruu	32
8.3	Aineiston kuvaus ja tulokset	33
8.4	Aineiston analyysi	34
8.4.1	Tabletin käytön kohderyhmä	34
8.4.2	Tabletin käytön tavoitteet	36
8.4.3	Tabletin käyttö toimintaterapiaprosessin osana	39
8.4.4	Opittujen taitojen siirtäminen lapsen arkeen sekä ympäristö jossa tablettia käytetään	40
8.4.5	Tabletin käyttöön vaikuttavat tekijät, sen hyvät ja huonot puolet sekä tulevaisuus toimintaterapiassa	41
9.	Tulosten johtopäätökset	43
10.	Tulosten pohdintaa	44
11.	Opinnäytetyön pohdintaa	47
11.1	Kysely	47
11.2	Tavoitteiden saavuttaminen	49
11.3	Luotettavuus ja eettisyys	49
11.4	Jatkokäyttömahdollisuudet	50
	Lähteet	52
	Liitteet	54
	Liite 1. Kysely toimintaterapeuttien käyttökokemuksista	54

Kuvat

Kuva 1. Vastausten esimerkkilasten sukupuolijakauma	34
---	----

Taulukot

Taulukko 1. Vastaajien nimeämät tyypillisimmät toimintakyvyn häiriöt	35
Taulukko 2. Vastaajien nimeämät tavoitteet ja niihin käyttämänsä sovellukset ...	37

1. Johdanto

Päädyin aiheeseeni kun harjoitteluohjaajani ehdotti, että tutkisin toimintaterapeuttien käyttämiä tablettien sovelluksia lasten toimintaterapiassa. Aihe herätti heti kiinnostukseni, sillä pian valmistuvana toimintaterapeutina haluan olla ajanhermoilla siitä, mitä muutoksia tai uudistuksia toimintaterapiassa tapahtuu.

Aihe on ajanhermoilla, sillä eletään aikakautta, jolloin tablettien käyttöön ottamisesta muun muassa kouluopetuksessa keskustellaan. Kankaanranta, Mikkonen & Vähähyyppä (2012) kirjoittavat, että tieto- ja viestintätekniikasta on tullut osa koulujen arkea, vaikka eroavaisuuksia edelleen koulujen välillä onkin. Tablettien käyttö varhaiskasvatuksessa sekä kuntoutuksessa on kasvanut ja siitä on tullut hyvä työväline kuntoutuksen tukemiseen kotonakin. (Myyryläinen 2013.) Tablettia on käytetty jo pitkään muun muassa kommunikoinnin apuvälineenä (Papunet-tabletit apuvälinekäytössä), mutta itse en juuri tiedä tabletin käytöstä toimintaterapiassa.

Erilaisten viihde- ja opetussovellusten avulla lapset voivat oppia monia tärkeitä ajatteluprosesseja: ongelmanratkaisua, päättelyä ja visuaalista hahmottamista. Haasteellista on saada ihmiset ymmärtämään tietokoneiden mahdollisuudet. Jo nyt erityisopetuksessa sekä kuntoutuksessa käytetään tietoteknisiä sovelluksia hyväksi. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004). Tietotekniikan avulla lapsi voi oppia suvaitsevaisuutta, tasa-arvoa ja aktiivista osallistumista tai vaikuttamista. Verkostoituminen ja virtuaalisten ystävien saaminen voivat parantaa heidän identiteettiään sekä antaa samaistumis- ja roolimalleja. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004.)

Uskon, että tabletit tulevat yleistymään niin opetuksessa kuin terapiassakin ja teknologia muodostaa osan ympäröivää ympäristöämme. Halusin tietää enemmän tabletin käytöstä toimintaterapiassa, sen hyvistä ja huonoista puolista ja mi-

hin sillä pyritään. Niin luonnollinen asia tabletti ei kuitenkaan ole suurelle osalle toimintaterapeuteista, jotka ovat olleet työelämässä jo monia vuosia. Toimintaterapeuttienkin tulee siis olla ajanhermolla ja kehittää itseään ja terapiakeinoja yhteiskunnan muuttuessa.

2. Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoitus on kartoittaa miten paljon terapeutit käyttävät tablettia lasten toimintaterapiassa, sekä millaisten lasten kanssa. Itse kohta valmistuvana haluan olla ajan hermolla toimintaterapiassa tapahtuvista muutoksista ja koen, että teknologian vahvistuminen terapiassa on yksi niistä muutoksista. Tablettia tullaan todennäköisesti käyttämään tulevaisuudessa yhä enemmän, joten haluan itse saada tietoa millaisten lasten kanssa tablettia muun muassa voi käyttää. Itse uskon, että moni terapeutti vierastaa edelleen tabletin käyttöä terapia välineenä ja moneen paikkaan tabletin hankinta terapiakäyttöön ei ole edes mahdollista vuosittaisista resursseista johtuen. Uskoisin, että tablettia on myös vaikea ottaa terapiakäyttöön, jos ei ole tottunut käyttämään älylaitteita muuten päivittäisessä elämässä. Toivon siis, että käyttökokemusten perusteella tabletin asemaa terapian osana pystyttäisiin vahvistamaan, jolloin ehkä tablettien hankkiminen toimintaterapiaa tarjoaviin yrityksiin olisi todennäköisempää ja perusteltua.

Tavoitteenani on kerätä tietoa toimintaterapeuttien käyttökokemuksista tabletin käytöstä terapian tukena. Käyttökokemusten lisäksi tavoitteena on selvittää millaisten lasten kanssa he ovat käyttäneet tablettien eri sovelluksia, millaisia sovelluksia ja miten tabletin käytön vaikutukset ovat heidän kokemanaan näkyneet lapsen toiminnassa. Tablettien käyttö terapian tukena herättää monenlaisia mielipiteitä maailmalla. Siksi onkin mielenkiintoista kuulla sellaisten terapeuttien mielipiteitä niistä, jotka ovat niitä työssään käyttäneet. Miten terapeutit varmistavat sen, että lapsi hyötyy sovelluksista ja miten sovelluksen kautta mahdollisesti opi-

tut taidot tai valmiudet siirtyvät lapsen arkeen? Haluan myös kuulla mikä toimintaterapeutin rooli on silloin, kun lapsi pelaa tabletilla vai käytetäänkö sovelluksia mahdollisesti kotona terapian ulkopuolella?

Tietotekniikka on mielestäni löytänyt paikkansa korvaamattomana apuvälineenä ja se onkin helpottanut monen ihmisen elämää. Keskityn työssäni vain lasten toimintaterapiaan, jolloin rajaan nuoret, aikuiset ja ikääntyneet oman työni ulkopuolelle.

3. Tietotekniikka yhteiskunnassa

Tietotekniikka tai sittemmin tieto- ja viestintätekniikka (ICT- Information and Communication Technologies) tarkoittaa teknologiaa joka takaa informaation saannin tietoliikenteen välityksellä. Se keskittyy pääasiassa kommunikoinnin teknologiaan, joka sisältää internetin, langattomat yhteydet, kännykät ja muut kommunikoinnin mediat. Viimeisten vuosikymmenien aikana tieto- ja viestintätekniikka on tarjonnut yhteiskunnalle valtavasti uusia viestinnän keinoja. Nykyään ihmiset pystyvät reaaliajassa olemaan yhteydessä ihmisiin vaikkapa maailman toisella puolella uuden teknologian avulla. (Tech Terms.com 2010.)

Monet palvelut ovat jo siirtyneet digitaaliseen aikaan. Asioidaan, opiskellaan ja tehdään vapaa-ajan töitä verkossa ajasta ja paikasta riippumatta. Vaikka verkossa asioidaankin jo paljon, ei se ole tuottavaa ennekuin ihmiset ottavat uudet palvelut käyttöön. Käyttöönotto kuitenkin edellyttää sen, että palveluiden tulee olla helppokäyttöisiä. Helppokäyttöisyyteen tulee panostaa myös siksi, että väestö Suomessa ikääntyy ja ikäihmiset tarvitsevat palveluita tulevaisuudessa entistä enemmän. Tällöin neuvonnan ja opastuksen merkitys korostuu myös. Informoimalla tieto- ja viestintätekniikasta sekä niiden hyvistä puolista, pyritään antamaan

suuntaa muutokselle, jotta yhteiskunta menestyy ja samalla ihmiset voivat hyvin. (Arjen tietoyhteiskunnan neuvottelukunta, 6-7.)

3.1 Tietotekniset laitteet

Tietoteknisiin laitteisiin kuuluu monenlaisia laitteita: kännykät, tablettitietokoneet, kannettavat tietokoneet, pöytäkoneet, älykellot, video- ja digikamerat ynnä muut. Kirjo on jo valtava. Lähestulkoon jokainen ihminen käyttää päivittäin jotakin näistä laitteista. Tässä opinnäytetyössä keskityn kuitenkin vain tabletin käyttöön terapiassa.

Tabletti on kosketusnäytöllinen taulutietokone joka on kannettavan tietokoneen ja älypuhelimien välimuoto. Kosketusnäytön ansiosta tablettia voi ohjata joko sormilla, siihen tarkoitettulla kynällä tai käsineellä. Laitetta käytetään joko langattomassa verkossa tai 3 tai 4G verkossa. Tableteissa on eri käyttöjärjestelmiä, joista kolme suosituinta on Applen iOS, Googlen Android sekä Microsoftin Windows-käyttöjärjestelmä. Markkinoilla on myös erityisesti apuvälinekäyttöön olevia iskunkestäviä tabletti tietokoneita ja laitteisiin voidaan yhdistää myös ulkoisia käyttökytkimiä sekä näppäimistöjä. (Papunet- tabletit apuvälinekäytössä.)

3.2 Tietotekniikka oppimisen tukena

Jo nyt tietotekniikka on osa oppimista ja koulua. Useissa kansallisissa strategioissa ja työryhmissä on pohdittu tietotekniikan opetuskäyttöä sekä luotu suunta- viivoja sen pedagogiseen hyödyntämiseen. Yhteiskunta muuttuu nopeasti, eikä muutoksin pystytä tekemään välttämättä nopeasti. Tietotekniikan avulla nähdään kuitenkin voitavan saavuttaa oppimistuloksia joita uudistunut yhteiskunta vaatii. Tietotekniikan avulla voidaan oppimistilanteista tehdä myös tehokkaampia. Sen

avulla voidaan parantaa myös ongelmanratkaisun, informaation lukutaidon sekä yhteistyön oppimista. (Kankaanranta, Mikkonen & Vähähyyppä 2012.) Koulussa opetetaan käyttämään tietokoneen eri tekstinkäsittelyohjelmia ja oppilaat joutuvat itse hakemaan tietoa internetistä. Tarjolla on myös etäopiskelua. Se on ollut pitkään vaihtoehto suoralle luokkahuoneessa tapahtuvalle opetukselle. Etäopetuksessa opetus ja ohjaus tapahtuvat tieto- ja viestintätekniikan avulla niin, että oppilas ja opettaja eivät ole fyysisesti samassa tilassa. Vuorovaikutus tapahtuu näin joko suoran videolähetyksen kautta, tai jälkikäteen nauhoitteen avulla. On havaittu, että etäopetuksen ja perusopetuksen välillä oppimistuloksissa ei ole eroja. Toki on huomioitava, että opetusmenetelmät poikkeavat paljolti toisistaan, joten suoria johtopäätöksiä tästä ei voida vetää. (Kankaanranta, Mikkonen & Vähähyyppä 2012.)

Koulun ulkopuolella lapset ovat myös kokoajan yhteydessä eri digitaalilaitteisiin. Jo aivan pienet lapset osaavat käyttää erilaisia älypuhelimien ja tablettitietokoneiden sovelluksia ja pelejä, sillä nämä laitteet vaikuttavat heihin heidän vanhempien, huoltajien tai vaikkapa sisarusten kautta. Aikaisemmin on väitetty, ettei muun muassa tietokoneella oleminen ole hyväksi lapsen kognitiiviselle, fyysiselle, sosiaaliselle eikä emotionaaliselle kehitykselle, mutta sittemmin on todettu, että oikein käytettynä, tieto- ja viestintätekniikka (käytän sanasta lyhennettä TVT) voi olla hyväksi lapsen oppimiselle sekä kehitykselle. Tietenkin pitää huomioida lapsen fyysinen ja ergonominen turvallisuus sekä se, ettei lapsi pääse internetissä lapsilta kielletyille sivuille, jotka voivat olla haitaksi lapselle. Lapsen oma henkilöllisyys tulee turvata. Siksi lapsen tietokoneen käyttöä tulee valvoa. Opettajan tai henkilön, joka opettaa lasta käyttävään TVT laitteita, tulee osata pedagogisia keinoja, joilla tukea lapsen oppimista sekä olla tietoinen siitä, millaisia oppimisen vuorovaikutuskeinoja he haluavat tuoda esille. (Ministry of Education 2004, 8.)

TVT tarjoaa myös mahdollisuuden rakentaa ja tukea erityistarpeita omaavien lasten oppimista sekä eri kulttuuri- tai kielitaustan omaavien lasten oppimista.

TVT:n avulla lapsi voi yhdistää kuvia, sanoja sekä musiikkia ja sitä kautta tuoda omia ideoita, ajatuksia ja tunteita ilmi. TVT:n toimintoja voidaan myös muokata jokaisen lapsen kohdalla niin, että ne vastaavat lapsen tarpeita sekä poistavat mahdollisia toiminnan esteitä. (Ministry of Education 2004, 8.)

3.3 Tietotekniikan haitat ja hyödyt

Lapsia, joilla on erityistarpeita, voidaan tukea tieto- ja viestintätekniikan avulla. Tuki jaetaan avustavan/mukauttavan tuen teknologiaan sekä oppimisen tukemisen teknologiaan. Avustavan tai mukauttavan tuen teknologialla tarkoitetaan fyysisten olojen muuttamista niin, että lapsi pystyy siinä toimimaan. Oppimisen tukemisen teknologialla taas voi auttaa oppijaa muun muassa kompensaation avulla. Teknologian avulla voidaan myös taata kaikille lapsille, erityistarpeista huolimatta, oppimis- ja leikkimisympäristö. Teknologian avulla lapsia voidaan tukea muun muassa kommunikoinnissa. (Ministry of education 2004, 33.)

3- vuotiaan lapsen ruudun edessä viettämä aika ei tulisi olla pidempi kuin 10- 20 minuuttia eikä kahdeksan vuotiaan kuin korkeintaan 40 minuuttia kerralla. Usein tietokoneella istuessa lapsen asento on huono, hänen pitää kallistaa päätänsä sekä nostaa käsi ylös, voidakseen käyttää hiirtä. Siksi onkin tärkeää, kun opettaa lasta käyttämään tietokonetta, että muistuttaa häntä myös hyvän asennon tärkeydestä. (Ministry of Education 2004, 21.)

Myös langattomien yhteyksien ja laitteiden terveyshaitoista niin lapsille kuin aikuisille on keskusteltu. Langattomat laitteet toimivat joko radiotaajuuksien tai mikroaaltojen avulla, joiden epäillään aiheuttavat terveys haittoja, mutta tätä väitettä tukevia tutkimustuloksia ei ole löytynyt. (Ministry of Education 2004, 21- 22.) On myös todettu, että lasten sovellusten suunnittelijat näkevät vain tuottoisan mark-

kinaraon opetuspeleissä lapsille eivätkä he ole ottaneet huomioon lapsen kehitystä ja oppimista millään muotoa. On tutkittu, että aiheuttaako esimerkiksi peleissä oleva väkivaltaisuus lapsille aggressioita ja tätä kautta väkivaltaisuutta, mutta tutkimustuloksia on vaikea saada, sillä pelit muuttuvat niin nopeaa tahtia, että tulokset olisivat jo vanhoja, niiden valmistuessa. (Ministry of Education 2004, 22- 23.)

Tieto- ja viestintätekniikan avulla oppiminen ei saisi olla ainoata oppimista, vaan sen pitäisi tapahtua muiden oppimiskeinojen ohessa. On siis tärkeää myös muistaa, ettei tietokoneella pelaaminen syrjäytä muun muassa pihaleikkejä, joissa lapsi oppii tärkeitä karkeamotorisia taitoja. (Ministry of Education 2004, 23.)

Kuten jo aiemmin mainitsin, sovelluksia voidaan muokata jokaiselle lapselle yksilölliseksi. Tietokonepelit voivat myös kehittää lapsen ongelmaratkaisukykyä ja perustelukykyä. Lapsi voi myös pystyä käsittelemään montaa eri informaation kerrosta ja sarjaa samanaikaisesti. Erilaisia digitaalilaitteita voi myös käyttää lapsen leikeissä pihalla. Tällöin tekniikan käyttö on osa lapsen oppimista, kuitenkin sulkematta pois esimerkiksi samanaikaisesti karkeamotoriikan kehittymistä. (Ministry of Education 2004, 23.)

On tutkittu, että lapset tykkäävä pelata tietokoneilla ennemmin niin, että he saavat pelata kavereiden kanssa, tai niin, että aikuinen on tukemassa ja auttamassa heitä peleissä. Näiden tulosten perusteella ei tietokoneella pelaaminen siis aiheuttaisi syrjäytymistä. (Ministry of Education 2004, 24.) Tieto- ja viestintätekniikan nähdään kehittävän lapsen emotionaalista ja kognitiivista kehitystä sekä sosiaalisia ja yhteistyötaitoja ja matemaattista ajattelua. Se voi avustaa lukutaidon kehitymisessä, luoda kaikille lapsille, varsinkin niille joilla on erityistarpeita, tasarvoisen oppimismahdollisuuden, syventää lapsen ja aikuisen suhdetta sekä antaa aikuisella mahdollisuuden päästä kiinni lapsen ajatusmaailmaan. (Ministry of Education 2004, 25.)

Tieto- ja viestintätekniikkaa pidetään enemmänkin opettajien uutena keinona opettaa, kuin heidät korvaavana. Oikein käytettynä, TNT: n kautta opettajat saavat uusia menetelmiä opettamiseen ja samalla he pystyvät muokkaamaan opetuskeinoja oppilaiden tarpeiden mukaan. Jotta TNT: n tarjoamia menetelmiä käytetään oikein, vaatii se kuitenkin, että opettaja tai muun aikuinen on koulutettu TNT: n käyttöön sekä on itse taitotasoltaan hyvä. On myös tärkeää, että tietotekniikkaa käytetään opettamisessa todella oppimisen apuvälineenä ja sen tarkoitus on tarkkaan mietitty, tällöin tietotekniikan käytöstä saadaan lapsen kannalta eniten irti. (Ministry of Education 2004, 26-28.)

3.4 Teknologia sosiaali- ja terveysalalla

Anna-Liisa Salminen kirjoitti jo 1997, että tietotekniikan avulla voidaan lisätä vammaisten henkilöiden itsenäistä selviytymistä. Usein tietotekninen apuväline on vammaiselle henkilölle ainoa mahdollisuus pystyä toimimaan jotenkin itsenäisesti sekä osallistumaan yhteiskuntaan. Vaikeavammaisten kohdalla tietokonetta voidaan käyttää muun muassa näön ja kuulon harjoittamiseen, kommunikaatiotaitojen kehittämiseen sekä silmä- käsi koordinaation parantamiseen. (Viitapohja 2010.) Tietokoneen avulla voidaan myös kehittää kehitysvammaisten kognitiivisia ominaisuuksia, kuten syy- seuraus yhteyden ymmärtämistä. Tietokoneen avulla voidaan harjoittaa motorisia taitoja, kuten käden käytön harjoittelu. Tikoteekki, kehitysvammaliiton valtakunnallinen tietotekniikka- ja kommunikaatiokeskus pyrkii edistämään puhetta tukevaa ja korvaavaa kommunikointia, kommunikoinnin apuvälineiden sekä vammaisille tarkoitettujen tietokoneiden- ja ohjelmien käyttöä. (Valkonen 2014.)

Tietoteknisiä apuvälineitä voidaan käyttää muun muassa liikkumisessa, asumisessa, opiskelussa, työssä, asioinnissa, harrastamisessa sekä sosiaalisessa vuo-

rovaikutuksessa. Ennen laitteen käyttöönottoa tulee kuitenkin tehdä huolellinen arviointi tarvittavasta laitteesta, tehdä laite kokeilut sekä muokata laite asiakkaan tarpeiden mukaan, esimerkiksi ohjaustapaa muokkaamalla. Erityisesti vaikeavammaisten henkilöiden toimintaa ja osallistumista pystytään parantamaan todella paljon erilaisilla tietoteknisillä laitteilla. Muun muassa tabletti- tietokoneet, älypuhelimet sekä mp3- soittimet luetaan tietoteknisiksi apuvälineiksi, sillä niihin voidaan asentaa erilaisia työkaluohjelmia, jotka tukevat henkilön toimintakykyä. Tablettiin voidaan asentaa ympäristönhallinta lähetin ja ohjelma, jonka avulla henkilö pystyy hallitsemaan kotiympäristössään sähköllä toimivia laitteita, kuten televisio, ovet ja ikkunat tai vaikkapa muokata sängyn päädyn asentoa. (Papunet- Opas tietoteknisiin apuvälineratkaisuihin.)

Tabletin avulla lapsi voi muun muassa harjoitella vuorovaikutustaitoja tai se voi auttaa lasta keskittymään. Vaikealta tuntuviin toimintoihin lasta on vaikea saada innostumaan, mutta tabletin avulla esimerkiksi piirtäminen ja maalaaminen helpottuvat, jonka jälkeen käsillä tekeminen voi olla lapsesta mukavaa. Tabletti sopii kaikenikäisille. Tabletteihin on mahdollista hankkia erilaisia sovelluksia tabletin omasta sovelluskaupasta, joko ilmaiseksi tai maksua vastaan. Moni sovelluksista on englanninkielisiä, mutta myös suomenkieliset sovellukset lisääntyvät. On kuitenkin muistettava, että tabletti on väline, jolla tehdä terapiaa, siitä ei saa muodostua pääasiaa, eikä muuta tekemistä saa unohtaa tabletin vuoksi. (Myyryläinen 2013.)

Tietokonetta käytetään avuksi eri valmiuksien ja taitojen harjaannuttamisessa sekä oppimisessa. On olemassa erilaisia kuntouttamiseen tarkoitettuja tietokoneohjelmia joiden avulla voidaan harjoittaa esimerkiksi syy- seuraussuhteen ymmärtämistä, valitsemista sekä käsitteiden oppimista. Myös hahmottamisen, muistin, keskittymisen ja tarkkaavaisuuden sekä matemaattisten ja kielellisten valmiuksien harjoitteluun voidaan käyttää erilaisia tietoteknisiä laitteita ja ohjelmia. (Papunet- Opas tietoteknisiin apuvälineratkaisuihin.)

Toimintaterapeuttien Riikka Marttinen ja Heidi Åkerlund perustama nettisivusto Terapiapsi kokoaa yhteen mobiililaitteiden käyttökokemuksia sekä erilaisia ohjeita ja vinkkejä niiden käyttöön. Kuka tahansa voi lähettää heille käyttökokemuksia tai vinkkejä uusista sovelluksista. Marttinen ja Åkerlund ovat koonneet yhteen myös laitteen hankinnassa huomioitavia seikkoja sekä käyttöjärjestelmittäin eri sovelluksia. Tablettia voidaan käyttää asiakastilanteiden kuvaamiseen tai videointiin, terapian seurantaan tai vaikkapa työnohjaukseen. On kuitenkin huomioitava, että asiasta on etukäteen sovittava vanhempien/huoltajan kanssa ja että muut lupa-asiat ovat myös kunnossa. Materiaalin näyttäminen asiakkaan lähipiirille tai asiakkaalle itselleen on myös oiva keino keskustella ja seurata kehitystä. (Terapiapsi.fi.)

Tableteille on myös olemassa monia kommunikoinnin apuvälineitä. Sovellukset joiden avulla voi luoda, joko itse ottamistasi kuvista tai valmiista kuvapohjista viikko- ja päiväaikatauluja tai toiminnanohjausta helpottavia kuvasarjoja, ovat myös hyviä. Myös eri taitoja harjoittavien sovellusten tekeminen tabletin ja siihen tarkoitettun kynän avulla ovat monesti mielekkäämpiä kuin tavallisen paperin ja kynän käyttö. Myös kirjaaminen onnistuu tabletin avulla helposti, jos tablettia käyttää vain terapeutti. Näin kirjaamisen sekaan voi liittää terapiakerran kuvia. Tabletissa on myös ominaisuus, että jokaisen kansion voi lukita omalla salasanallaan, jolloin kansiossa olevat tiedot ovat turvassa. (Terapiapsi.fi.)

3.4.1 Tabletti kommunikoinnin apuvälineenä

Tabletista tai älypuhelimesta voidaan tehdä kommunikoinnin apuväline, lataamalla siihen jokin kommunikoinnin ohjelma. Kommunikointiohjelmakokonaisuuden muodostavat viestien tuottamisessa tarvittava sanasto ja ruutunäppäimistö sekä puhesynteesiohjelma. Jotta henkilö voi käyttää kommunikointiohjelmaa, tulee hänellä olla jokin keino kommunikoida, kyky ohjata kommunikointiohjelmaa sekä mahdollisuus saada tukea läheiseltä ihmiseltä. Kommunikointiohjelmassa voi-

daan sanasto esittää joko kuvilla, bliss- symboleilla tai sana- ja lauselistoina. Sanastojen selaamiseen voidaan käyttää puhetukea, jolloin asiakas kuulee ilmaisun ennen valintaa. (Papunet- kommunikointiohjelmat.)

Kommunikointiohjelmaa voi käyttää myös kirjoittamiseen, jos puheen tuottaminen ei onnistu. Viestin voi kirjoittaa tabletti tietokoneeseen liitetyllä näppäimistöllä tai ruutunäppäimistöllä ja puhesynteesi toistaa viestin. Myös sähköpostien ja tekstiviestien lähettäminen ja vastaanottaminen onnistuu, sillä joissain koneissa on oma ohjelma, joka muuntaa tullee viestin symbolipohjaiseksi. Asiakas tarvitsee kuitenkin aina älypuhelimien tai tabletin kommunikoinninohjelman lisäksi myös muita apuvälineitä, sillä laitetta ei esimerkiksi voi viedä kosteisiin tiloihin ja välillä laitetta on huollettava, jolloin asiakas voi käyttää muita kommunikoinnin apuvälineitä. (Papunet- kommunikointiohjelmat.)

4. Opinnäytetyön tietoperusta

Tutkimustietoa ja kirjallisuutta toimintaterapian ja tabletin yhdistämisestä ei juuri löydy vielä, mutta löysin yhden opinnäytetyön, jossa on tutkittu sosiaaliasiataitoja kehittäviä Ipad- sovelluksia nuorille. Kyseisessä opinnäytetyössä nousi esille muun muassa sovellusten ongelmat sen suhteen, etteivät ne kehittäneet juurikaan lasten sosiaalisia taitoja. Suurin osa sovelluksista oli englannin kielellä, joten se rajoitti sovellusten käyttömahdollisuuksia nuorien kanssa, jotka eivät osaa vielä englantia. Tämän opinnäytetyön perusteella voi siis tehdä päätelmän, että sovellustenkäyttö Suomessa, esimerkiksi verratessa Yhdysvaltoihin, on vielä vaikeaa johtuen siitä, ettei suomenkielisiä sovelluksia ole vielä kehitetty hirveästi.

Koska tutkimustietoa tabletin käytöstä terapiassa ei vielä juuri ole, lähdän pohjustamaan työtäni lasten toimintaterapiaa kuvaamalla. Kuvaan ensin mitä lasten toimintaterapiassa tehdään, mihin sillä pyritään ja mitä siellä harjoitellaan. Avaan

toimintaterapiaa American Occupational Therapy Associationin frame work: in (American Occupational Therapy Association 2014.) avulla. Tämän jälkeen lähdettiin kehittämään avoimia kysymyksiä tabletin käytöstä terapiassa heijastaen sitä koko ajan tavanomaiseen terapia käytäntöön lasten toimintaterapiassa.

4.1 Haku CiNAHL sekä Google Scholar tietokannasta

Hain tietoa kahdesta tietokannasta käyttäen toimintaterapiaan ja tablettitietokoneeseen viittaavilla hakusanoilla. Rajasin haun käyttäen abstraktia sekä täyden tekstin linkitystä ja ajan rajasin vuosille 2010- 2015, jotta saisin mahdollisimman uutta tietoa. Kokeilin myös ilman aikarajoitusta. Täysin opinnäytetyötäni vastaavia tutkimuksia tai artikkeleita ei löytynyt yhtään.

Voin siis todeta, ettei tabletin käyttöä terapiassa ole juurikaan tutkittu varsinkaan toimintaterapian saralla. Tabletin käytön vaikutuksista lapsien toimintaterapiassa ei siis ole näyttöön perustuvaa tietoa.

5. Lapsuus

Clifford O'Brien sekä Hussey (2007) rajaavat lapsuuden varhaiseen lapsuuteen ja myöhäislapsuuteen. Varhaislapsuudella tarkoitetaan 1-6 vuotiaita lapsia ja myöhäislapsuuteen luetaan 6-12- vuotiaat lapset. Lapsuus on kasvun ja asioiden oppimisen aikaa. Lapsen koordinaatio ja voima kehittyvät tällöin, jotka ovat elintärkeitä asioita muun muassa juoksemaan ja hyppimään oppimisessa. Leikki on lapsen toimintaa, jonka avulla lapsi harjoittelee ja oppii motorisia, kognitiivisia, sosiaalisia, psykologisia ja kielellisiä taitoja. Varhaislapsuudessa leikki on iloista ja spontaania toimintaa ja lapsi oppii olemaan ikätovereidensa kanssa. 3-5 -vuotiaana lapsi alkaa leikkiä mielikuvitusleikkejä, jotka vaativat kognitiivista on-

gelmanratkaisukykyä ja huomaamattaan lapsi saattaa käydä läpi häntä stressaavia asioita. Lapset joilla on erityistarpeita, eivät välttämättä osaa leikkiä mielikuvitusleikkiä. (Clifford O'Brien & Hussey 2007, 94-96.)

Lapsi kehittyy koko lapsuutensa ajan kulttuurin, perheen ja ympäristön muutosten vaikutusten alla. Kouluikänsä mennessä leikkiin on tullut sääntöjä, teemoja ja suunnitelmia. Myös urheilulliset ja kilpailuhenkiset leikit alkavat kiinnostaa lapsia kouluiässä. Koulussa on opittava lukemaan ja kirjoittamaan ja toimimaan ryhmässä sääntöjen mukaan. Lapsen pitää osata ilmaista itseään, ymmärtää sanallisia ohjeita, vuorotella sekä muistaa monta asiaa samanaikaisesti. Kaikki tämä voi olla kuormittavaa lapselle. (Clifford O'Brien & Hussey 2007, 94.)

Jotta lapsi oppii, hän tarvitsee kognitiivisia valmiuksia, kuten muistaminen, ongelmanratkaisu ja kommunikointi. Lapsen tulee osata kommunikoida niin verballisesti kuin kirjoittamallakin ja heidän tulee osata tulkita ja ymmärtää muiden kieltä. Lapset, joilla on erityistarpeita, ovat usein passiivisia, eivätkä osaa ilmaista itseään tai halujaan. Tällöin toimintaterapeutti voi auttaa heitä tuomaan esille halujaan, sillä itsensä puolustaminen ja omien asioiden esille tuominen on tärkeä elämän taito. Kognitiivisten valmiuksien lisäksi lapset tarvitsevat kokoajan motorisia taitoja, joita he tarvitsevat muun muassa käydäkseen vessassa ja ruokaillakseen itsenäisesti. Kaikilla lapsilla tulisi olla mahdollisuus osallistua näihin toimintoihin ja lapset tarvitsevatkin ohjausta, jotta he osaavat toimia heidän vahvuuksien ja heikkouksien kanssa. Lapset tarvitsevat onnistumisen kokemuksia, jotta heidän itsetunto ja minäkuva vahvistuvat. Leikin ja koulussa oppimisen myötä lapsi alkaa ymmärtää miten yhteiskunta toimii ja, että kaikki ovat erilaisia ja omaavat eri vahvuuksia ja heikkouksia. (Clifford O'Brien & Hussey 2007, 95-96.)

6. Toimintaterapia

Toimintaterapia on joka päivästen toimintojen terapeutista käyttämistä. Terapia voi olla joko yksilö- tai ryhmäterapiaa, jossa pyritään parantamaan ja/tai mahdollistamaan asiakkaan tai asiakkaiden osallistumista rooleihin, tapoihin, rutiineihin kotona, koulussa, työpaikalla tai vaikkapa yhteisössä. Toimintaterapeutit pyrkivät myös muokkaamaan tarvittaessa asiakkaan ympäristöä, jotta siinä olisi helpompia toimia. Kun kyse on vammaisen tai ei vammaluokitusta saaneen henkilön terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä tai kuntoutuksesta, voidaan tarjota toimintaterapiaa. Toimintaterapialla pyritään myös säilyttämään ja lisäämään sellaisten henkilöiden toiminnallista identiteettiä, joilla on riski esimerkiksi sairastua, saada vamma tai kärsiä vajaatoiminnasta. (AOTA 2014, 1.)

American Occupational Therapy Association: in kehittämä viitekehys käsittelee toimintaterapiaa kahden eri näkökulman kautta: toimintaterapian kohdentuminen (domain) sekä toimintaterapian prosessiosaaminen (process). Toimintaterapian kohdentumisella tarkoitetaan aluetta, jossa toimintaterapeuteilla on yhteisesti jaettua tietotaitoa sekä ammattitaitoa ja toimintaterapian prosessiosaamisella taas tarkoitetaan toimintaterapeuttien tekemiä toimintoja, joita terapeutti käyttää asiakas-lähtöisessä ja toimintakeskeisessä terapiassa. Näillä molemmilla pyritään tukemaan asiakkaan mahdollisuutta osallistua päivittäisiin toimiin. (AOTA 2014, 3.) Vaikkakin AOTAN:n viitekehyksen mukaisesti käsitteet ovat jaettu kahteen osaan, ovat ne erottamattomasti yhteydessä toisiinsa. Jotta asiakkaan toiminnallinen suorituskky, rooli osaaminen sekä päivittäisiin toimintoihin osallistuminen onnistuu, vaatii se toimintaterapeutilta ymmärrystä sekä molempien osa-alueiden yhteen nivomista. Tällöin tulee ottaa huomioon asiakkaan kehontoiminnat ja rakenne, hänen taidot, roolit ja tavat sekä toimintaterapeutin terveysosaaminen, hänen kyky nähdä asiakas toiminnallisena yksilönä sekä keinot, joilla voidaan toiminnallista osallistumista parantaa. Toimintaterapiassa pyritään tukemaan yksikön osallistumista itselleen merkityksellisiin toimintoihin, hänen terveytensä sekä hyvinvointiaan. (AOTA 2014, 4.)

6.1 Toimintaterapian kohdentuminen (domain)

Amerikkalaisen ajattelun mukaan toimintaterapian työn kohteena on mielekäs ja merkityksellinen toiminta (occupation), asiakkaan tekijät (client's factors), toiminta taidot (performance skills), toiminta tavat (performance patterns) sekä konteksti ja ympäristö (context and environment), jotka ovat kaikki yhtä merkityksellisiä ja jotka kaikki vaikuttavat asiakkaan toiminnalliseen identiteettiin, terveyteen, hyvinvointiin sekä elämäntehtäviin osallistumiseen. (OTA 2014,4.) Arviointi on iso osa toimintaterapiaa. Toimintaterapeutin tulee ymmärtää mieli- keho- henki yhteyden tärkeys ja vaikutus asiakkaan tehdessä päivittäisiä toimintoja. Mielekkään toiminnan, toimintaterapian kohdentumisen ja prosessiosaamisen yhteyden sekä toimintojen tuottavuuden merkityksen ymmärtäminen on myös iso osa toimintaterapiaa. Näiden tietojen ymmärtäminen erottaa toimintaterapian erilliseksi ja arvokkaaksi palveluksi, jossa huomio kiinnittyy laajempi alaisesti kuin vain yksittäiseen ihmisen toimintoon. (OTA 2014, 4.)

6.1.1 Toiminta ja asiakkaan ominaisuudet

Toiminta on tärkeä osa ihmisen identiteettiä ja pätevyyden tunnetta ja sillä on suuri merkitys ja arvo. Toiminta tapahtuu aina jossakin kontekstissa ja siihen vaikuttaa aina henkilön ominaisuudet, suorituskyyky sekä toiminta tavat. Toiminnalla on aina jokin tarkoitus, merkitys ja hyöty sen tekijälle. Toiminta saattaa sisältää monia eri tehtäviä ennen kuin se on suoritettu ja lopputulokset voivat olla monimuotoisia. (OTA 2014, 5-6.)

Asiakkaan ominaisuudet ovat erilaisia valmiuksia, ominaisuuksia ja uskomuksia, jotka kumpuavat ihmisestä sisältä ja jotka vaikuttavat toimintaan. Näihin ominaisuuksiin vaikuttavat sairauden, taudin, vammaisuuden tunne tai sen puuttuminen sekä elämän kokemus. Asiakkaan ominaisuuksiin ovat vaikuttaneet myös toimin-

ta taidot, toiminta tavat, konteksti ja ympäristö sekä suorituskky ja osallistuminen toiminnoissa ja tehtävissä. (AOTA 2014, 7.) Arvot, uskomukset ja hengellisyys vaikuttavat henkilön motivaatioon, siten, että henkilö sitoutuu toimintaan ja hänen elämänsä on merkityksellistä. Arvot ovat periaatteita, normeja tai ominaisuuksia joita henkilö pitää tarpeeksi arvossaan. Uskomukset ovat kognitiivisia asioita, joita pidetään totena. Hengellisyys on ihmiskunnan näkökulma, joka viittaa tapaan, jolla henkilöt etsivät ja ilmaisevat merkitystä ja tarkoitusta sekä tapaa jolla he kokevat heidän yhteenkuuluvuutta hetkeen, itseensä, muihin, luontoon ja pyhän merkitykseen. Kehon toiminnot ja ruumiin rakenne viittaavat fysiologisiin kehon toimintoihin ja anatomisiin ruumiinosiin kuten elimet ja raajat. (AOTA 2014, 7.)

6.1.2 Toiminta taidot ja tavat

Toiminta taidot ovat tavoitteellisia toimintoja, jotka ovat havaittavissa pieninä päivittäisiin toimiin sitoutumisen yksiköinä. Nämä taidot ovat ajan myötä opittuja taitoja, jotka sijoittuvat aina johonkin kontekstiin ja ympäristöön. Toiminta taitoihin kuuluvat motoriset, prosessi sekä vuorovaikutustaidot. Erinäiset kehon rakenteet, niin kuin henkilökohtaiset ja ympäristö kontekstitkin ilmenevät toiminnallisina toiminta taitoina. Lisäksi kehon toimintoja, kuten psyykkiset toiminnot, pidetään ihmisen sisällä olevina valmiuksina, jotka yhtyvät rakenteiden ja ympäristön kontekstin kanssa ja ilmenevät toiminta taitoina. (AOTA 2014, 7.) Toiminta taidot liittyvät toisiinsa läheisesti ja toimivat yhtäaikaaisesti henkilön tehdessä jotakin toimintoa. Jos jossakin taidoissa ilmenee jonkin muutos, voi se vaikuttaa myös muihin taitoihin. Toimintaterapeutit tarkkailevat ja analysoivat toiminta taitoja, jotta he ymmärtäisivät tapahtumat henkilön ominaisuuksien, kontekstin ja ympäristön, ja toiminnan tai tehtävän vaatimusten välillä, jotka taasen joko tukevat tai haittaavat suoritusta taitoja ja suorituskkyä. (AOTA 2014, 8.)

Toiminta tapoihin kuuluvat tottumukset, rutiinit, roolit ja rituaalit, joita henkilö käyttää tehdessään toimintoja ja tehtäviä. Tottumukset ovat tiettyä automaattista toi-

mintaa. Rutiinit luovat rakennetta jokapäiväiseen elämään ja ne voivat olla joko terveydelle haitallisia tai edistää sitä. Roolit ovat yhteiskunnan odottamia käyttäytymistapoja. Ne muokkautuvat kulttuurin ja kontekstin vaikutuksesta, mutta toki henkilö voi itsekin vaikuttaa niihin. Roolit voivat ohjata valitsemaan oikeanlaisia toimintoja. Toimintaterapeutteja erityisesti kiinnostaa miten asiakkaat muodostavat toimintoja niin, että minä kuvan ja roolin vaatimukset täyttyvät ja lujittavatko roolit heidän arvoja ja uskomuksia. Rituaalit ovat symbolisia toimintoja, joilla on henkinen, kulttuurinen tai sosiaalinen merkitys. Rituaalit edistävät asiakkaan minäkuvaa sekä vahvistavat asiakkaan arvoja ja uskomuksia. (AOTA 2014, 8.)

Toiminta tavat muodostuvat ajan kuluessa ja ne saavat vaikutteita kaikista muista työalan määritelmän osista. Toimintaterapeuttien tulee ymmärtää, miten toiminta taidot ja toiminnot ovat yhdistyneet asiakkaan elämään ja miten merkityksellisiä ne ovat. Jotkin asiakkaan saattavat pystyä tekemään taidokkaasti eri toimintoja, mutta jos he eivät istuta tärkeitä taitoja tuottoisaan sitoutumisen tapoihin, vaikuttaa se heidän terveyteen, hyvinvointiin ja osallistumiseen negatiivisesti. (AOTA 2014, 8.)

6.1.3 Konteksti ja ympäristö

Toimintaan sitoutuminen ja osallistuminen tapahtuvat aina tietyssä paikassa sen sisällä olevassa sosiaalisessa ja fyysisessä ympäristössä sekä kontekstissa. Ympäristön ja kontekstin, jossa toiminta tapahtuu, ymmärtäminen auttaa toimintaterapeutteja näkemään niiden vaikutuksen sitoumukseen. Fyysinen ympäristö viittaa luontoon ja rakennettuun ympäristöön jossa toiminta tapahtuu. Se voi joko tukea tai asettaa esteitä merkitykselliseen toimintaan. Sosiaalinen ympäristö taas pitää sisällään suhteiden läsnäolon ja henkilöiden, ryhmien ja yhteisöjen, joiden kanssa henkilö on tekemisissä, odotukset. (AOTA 2014, 8-9.)

Konteksti viittaa elementteihin ja ihmistä ympäröiviin asioihin, jotka eivät ole niin konkreettisia kuin fyysinen ja sosiaalinen ympäristö, mutta joka kuitenkin vaikuttaa voimakkaasti henkilön suorituskyykyyn. Konteksti voi olla kulturellia, persoonallista, ajallista tai virtuaalista. Kontekstin sisään kuuluvat myös uskomukset, toiminta tavat, käytöstavat ja yhteisön asettamat odotukset. Kulttuurinen konteksti vaikuttaa henkilön identiteettiin sekä toimintojen valitsemiseen. Henkilökohtainen konteksti viittaa väestönrakenteen piirteisiin yksilössä, kuten ikä, sukupuoli, koulutustaso, jotka eivät ole osa terveydentilaa. Ajallinen konteksti pitää sisällään elämäntilanteen, tietyn ajan päivästä tai vuodesta, toiminnan keston tai rytmin sekä historian. Virtuaalinen konteksti kertoo vuorovaikutuksesta joka tapahtuu reaaliajassa tai lähi aikana, mutta ei fyysisessä kontaktissa. Virtuaalikontekstin merkitys lisääntyy kokoajan teknologian kehittyessä. Asiakkaat voivat vaatia pääsyä tai kykyä oppia käyttämään kännyköitä ja älypuhelimia, tietokoneita ja tabletteja, jotta he saavat päivittäiset toimintonsa suoritettua. (AOTA 2014, 9.)

Konteksti ja ympäristö vaikuttavat asiakkaan toiminta mahdollisuuksiin sekä suorituksen laatuun ja siihen miten tyytyväisiä he ovat suoritukseen. Asiakas jolla on vaikeuksia toimia tehokkaasti tietyssä ympäristössä, voi onnistua hyvin, kun ympäristöä tai kontekstia on muutettu. Toimintaterapeutin tulee siis huomioida myös se, että asiakas todella on sitoutunut ympärillä olevaan maailmaan, jossa vaikuttaa tietty konteksti ja ympäristö. (AOTA 2014, 9.)

Olemassa on myös toiminnallinen oikeus, jonka mukaan kaikilla ihmisillä on oikeus osallistua jokapäiväisiin toimiin yhteiskunnassa iästä, kyvystä, sukupuolesta, sosiaalisesta statuksesta tai muusta erilaisuudesta riippumatta. Tämä oikeus määrittää myös sen, miten toimintaterapeuttien tulee ottaa huomioon eettinen, moraalinen ja yhteiskunnallinen näkökohta asiakkaan kontekstissa ja ympäristössä. (AOTA 2014, 9.)

6.2 Toimintaterapian prosessiosaaminen (process)

Toimintaterapian prosessiosaamiseen sisältyy asiakkaan arviointi, toiminnan suunnitteleminen, jotta päästä asetettuihin tavoitteisiin sekä ammatillisen toimialan yhdistäminen toimintaterapeutin näkökulmasta tämän tehdessä kliinistä havainnointia, analysointia sekä tehdessä yhteistyötä asiakkaan kanssa. Monella alalla käytetään arviointikeinoja samoja tekniikoita, kuten haastattelu, mutta ainoastaan toimintaterapeutit keskittyvät toiminnan käyttöön terveyden hyvinvoinnin ja osallistumisen parantamisessa. Toimintaterapeutit käyttävät terapeuttisesti valittuja toimintoja ja tehtäviä läpi terapian. Jotta asiakas pääsisi yhdessä asetettuihin tavoitteisiin terapian aikana, toimintaterapeutti pyrkii helpottamaan vuorovaikutusta asiakkaan ja ympäristön sekä kontekstin välillä. (AOTA 2014, 9-11.)

Jotta terapeutti pystyy analysoimaan toiminnallista suorituskkyä, vaatii se, että hän ymmärtää miten dynaaminen ja monimutkainen vuorovaikutus asiakkaan ominaisuuksien, toiminta taitojen ja tapojen, kontekstin ja ympäristön sekä toimijana toimimisen välillä vallitsee. Toimintaterapeutti käy läpi jokaisen näistä ja pohdii niiden vaikutusta toisiinsa, yksilöinä sekä yhteisesti. Kun toimintaterapeutti ymmärtää elementtien vaikutuksen toisiinsa, pystyy hän myös paremmin arvioimaan näiden elementtien vaikutuksen asiakkaan toimintaan ja siten mahdollisesti tukemaan asiakkaan suorituskkyä. Toimintaterapian prosessiosaaminen on dynaamista ja sujuvaa, jolloin asiakkaalla ja terapeutilla on mahdollisuus havaita terapian tuloksia ja niitä hyödyntäen muokata terapiaa ja asettaa uusia tavoitteita ja kehitystasoteita. (AOTA 2014, 11.) Toimintaterapeutit tarjoavat myös ryhmäterapia palveluita, jolloin terapeutin tulee huomioida kaikkien ryhmän tai yhteisön jäsenten suorituskky. Tosin vaikka kyse olisi yksilöterapiasta tai ryhmäterapiasta, tulee silti aina kerätä tiedot asiakkaan tai asiakkaiden haluista, tarpeista, voimavaroista, rajoituksista sekä toiminnallisista riskeistä ja syntetisoida sekä asettaa tiedot toiminnalliseen perspektiiviin. (AOTA 2014, 11.)

6.2.1 Palvelut

Toimintaterapia palveluita voi saada muun muassa sairaaloista, yksityisiltä klinikoilta, kouluissa, kotona sekä esimerkiksi yhteisöissä. Terapiaan kuuluu erilaisia osia, kuten asiakkaan tapaamista henkilökohtaisesti, ryhmän vetämistä tai asiakkaan ja hänen läheistensä kanssa kanssakäymistä. Toimintaterapeutit tarjoavat myös konsultaatiota eri yhteistyötahoille, kuten opettajat ja moniammatillisen työryhmän jäsenet. Toimintaterapeutit ymmärtävät myös asiakkaan läheisten merkityksen. Heitä tulee tukea yhtälailla terapian edetessä, kuin itse asiastakin. (AOTA 2014, 11.)

6.2.2 Kliininen päättely ja itsensä terapeutin käyttö

Kliininen päättely mahdollistaa toimintaterapeuttia tunnistamaan erinäiset vaatimukset, vaadittavat taidot sekä mahdolliset merkitykset joita toiminnot ja tehtävät vaativat. Näin toimintaterapeutit saavat myös paremman ymmärryksen siitä miten työalan määritelmän eri osat, jotka ovat erottamattomasti yhteydessä toisiinsa, vaikuttavat suorituskyykyyn sekä tukevat asiakaslähtöistä interventioita ja tuloksia. Toimintaterapeutit käyttävät teoreettisia periaatteita ja malleja, tietotaitoa olosuhteiden vaikutuksesta osallistumiseen sekä käytettävissä olevaa tietoa toimintojen tehokkuudesta ohjaamaan heidän päättelyä. Kliininen päättely takaa tarkan ja soveltavan arviointien, interventioiden ja asiakaslähtöisten tulosten tarkastelun. (AOTA 2014, 11-12.)

Itsensä terapeutin käytön avulla terapeutti pystyy luomaan ja hallitsemaan asiakkaaseensa luomaa terapeutista suhdetta. Kun terapeutti osoittaa empaattisuutta, tekee se kommunikoinnista avoimempaa ja asiakkaan on helpompi kertoa elämäntilanteestaan. Terapeutit käyttävät kerronnallista ja kliinistä päättelyä jäsentääkseen informaatiota prosessin aikana ja luodakseen toivoa asiakkaaseen

ja sekä auttaakseen heitä löytämään merkityksen. Toimintaterapeutit luovat yhteistyösuhteen asiakkaaseen ymmärtääkseen heidän kokemuksiaan ja toiveitaan intervention suhteen. Yhteistyön ja kommunikoinnin avulla toimintaterapeutit mahdollistavat asiakkaan osallistumisen päätöksen tekoon sekä ongelmien ratkaisuun tehden näin interventiosta tehokkaampaa. (AOTA 2014, 12.)

6.2.3 Toiminnan analyysi ja arviointi prosessi

Toiminanna analyysi määrittää tyypilliset toiminnan vaatimukset, tarvittavat taidot sekä mahdolliset kulttuuriset merkitykset. Toiminannan analyysi asettaa asiakkaan etualalle, ottaen huomioon hänen kiinnostuksen kohteet, tavoitteet, kyvyt sekä kontekstin ja toiminnan vaatimukset. Nämä seikat auttavat asiakasta saavuttamaan hänen tavoitteensa huolellisesti suunnitellut arvioinnin ja intervention puitteissa. (AOTA 2014, 12.)

Arviointi prosessi keskittyy löytämään tiedon siitä mitä asiakas haluaa tehdä ja mitä hänen pitää tehdä. Näihin tuloksiin päästäkseen ensin tulee selvittää mitä asiakas on tehnyt, mitä hän kykenee tekemään ja mitkä asiat joko tukevat tai asettavat esteitä hänen terveydelle, hyvinvoinnille ja osallistumiselle. Arvioinnin tyyli ja keskittymisen kohde vaihtuvat harjoitus olojen mukaan. Arviointi koostuu toiminnallisesta profiilista, johon kuuluvat asiakkaan tarpeet sekä ongelmat ja huolet suorituskyvystä sekä toiminnallisen suorituskyvyn analysoinnista, joka taas keskittyy keräämään ja jäsentämään tietoa suorituskyyä tukevista tai estävistä seikoista sekä tavoitteiden asettelusta. (AOTA 2014, 13.)

6.2.4 Terapia (interventio) prosessi ja tavoitteiden asettelu

Toimintaterapeutit käyttävät arvioinnin aikana keräämäänsä tietoa asiakkaasta sekä teoreettisia menetelmiä muodostaakseen asiakaslähtöisen interventio suunnitelman. Interventionsuunnitelman tarkoitus on auttaa asiakasta saavuttamaan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin sekä tunnistamaan ja ymmärtämään toiveita, tyydyttävään haluja sekä oppia sietämään tai muokkaamaan ympäristöä. Terapia prosessit vaihtelevat asiakkaiden, ryhmien, yhteisöjen, kontekstin ja palvelun tarjoajan mukaan. (AOTA 2014, 14.) Intervention toiminnot keskittyvät usein terveyden edistämiseen, itsestä huolehtimisen, koulutukseen tai ympäristön muokkaamiseen. Interventio prosessi koostuu kolmesta osasta: terapia suunnitelma, terapian käyttöön otto sekä terapian tarkastelu. Arvioinnin aikana kerätty tieto auttaa toimintaterapeuttia tekemään kliinistä päättelyä terapian suunnittelemisessa, käyttöön otossa sekä tarkastelussa. (AOTA 2014, 15.)

Tavoitteet ovat terapia prosessin lopputuloksia, jotka kuvaavat mitä asiakas voi saavuttaa terapian avulla. Tavoitteet ovat täysin yhteydessä terapiaan, toimintoihin, asiakkaan ominaisuuksiin, toiminta taitoihin ja tapoihin sekä kontekstiin ja ympäristöön. Terapian tulokset voivat liittyä asiakkaan subjektiiviseen näkemykseen tavoitteiden saavuttamisesta kuten parempi ulkonäkö ja itseluottamus. Esimerkki subjektiivisesta tuloksesta on vanhempien tehokkuuden paraneminen, kun he ymmärtävät paremmin lapsensa käytöstä saatuaan toimintaterapian palveluita. (AOTA 2014, 16.)

Ryhmäterapian tavoitteina voi olla esimerkiksi sosiaalisen kanssakäymisen parantuminen, itsetietoisuuden parantuminen muiden ryhmäläisten avulla, isompi sosiaalinen verkosto tai vaikkapa tuottavuuden kasvaminen työpaikalla. Yhteisöllä tavoitteena voi olla terveystietoisuuden parantaminen, toiminnallinen oikeus tai oikeuksiensa puolustaminen ja pääsy palveluihin. Terapian ja uudelleen arvioin-

nin aikana asiakas ja toimintaterapeutti voi muokata tavoitteita, tarpeiden, kontekstin ja toiminta kykyjen muuttuessa. (AOTA 2014,16.)

7. Lasten toimintaterapia

Lapsen ensimmäiset vuodet ovat täynnä uusia stimulaatioita sekä elämän kokemuksia, jotka ohjaavat lapsen kognitiivista, sosiaalista ja fyysistä kasvua. Lapsen ensimmäiset kolme elinvuotta ovat tärkeätä aikaa lapsen aivojen kehitykselle, erityisesti, jos lapsella on kehityksen viive tai joitakin rajoituksia kehityksessä. Tällöin toimintaterapeutti voi auttaa lapsen kehityksen tukemisessa. (Opp.)

Toimintaterapeutit toimivat lasten kanssa, joilla on haasteita tai puutteita kognitiivisissa valmiuksissa, fyysisissä, sosio-emotionaalisissa tai kommunikaation taidoissa tai lapsia, joilla on vaikeuksia mukautua ja suorittaa tärkeitä oppimisen ja kehittymisen toimintoja. (Occupational Therapy for Young Children: Birth through 5 Years of Age.) Lapsille, joilla on kehitysviive tai fyysinen tai henkinen tila, joka todennäköisesti aiheuttaa kehityksen viivästystä, toimintaterapia tarjotaan, jotta heidän motoriset, kommunikaatio, leikki sekä tunteiden käsittely taidot ja kognitiiviset valmiudet parantuisivat. Tavoitteena on parantaa kehitystä, minimoida kehitysviiveen todennäköisyys sekä auttaa perheitä ymmärtää lapsien erityistarpeet. (Opp.)

Lasten toimintaterapia tulisi tapahtua lapselle ominaisessa ympäristössä tehden lapselle ja perheelle tuttuja rutiineita ja toimintoja. (Opp). Moniammatillisen työyhteisön jäsenenä toimintaterapeutit tarjoavat palveluitaan muun muassa sairaaloissa, yksityisillä klinikoilla, lastentarhoissa sekä kotikäynteinä. (Occupational Therapy for Young Children: Birth through 5 Years of Age.) Toimintaterapeutin arvion, mahdollisen diagnoosin sekä lapsen ja perheen toiveiden perusteella te-

rapeutti tekee terapiasuunnitelman lapselle. (Opp.) Terapian avulla lapsen kehitystä ja puutteellisia taitoja voidaan tukea ja ympäristöä muokata, niin, että lapsen on siinä helpompi toimia ja tehdä päivittäisiä toimintoja.

Tärkeä osa toimintaterapeutin tehtävää on myös opastaa ja ohjeistaa vanhempia, huoltajia sekä muita lapsen kanssa toimivia ammattilaisia. (Occupational Therapy for Young Children: Birth through 5 Years of Age). Pienet lapset eivät pysty siirtämään oppimiaan taitoja ympäristöstä ja tilanteesta toiseen, joten heidän tulee oppia halutut taidot siinä kontekstissa ja ympäristössä, jossa he niitä tulevat käyttämään. Siksi onkin tärkeää tukea ja ohjeistaa vanhempia ja huoltajia siinä, miten he pystyvät kotona auttamaan lasta oppimaan tarvittavia taitoja. Tärkeätä on ottaa myös huomioon perheen toiveet, arvot sekä kulttuuri. (Opp.)

Toimintaterapeuttien tavoitteena on siis mahdollistaa lapsen kehitys, oppiminen ja osallistuminen päivittäisiin toimiin sekä suunnitella kehityksellisesti sopivia toimintoja, vähentää ympäristön esteitä, jotka rajoittavat lapsen osallistumista eri toimintoihin, tunnistaa tarvittavat apuvälineet sekä valmistella lapsi ja perhe tuleviin muutoksiin kuten esikoulu tai koulu. (Occupational Therapy for Young Children: Birth through 5 Years of Age.)

Toimintaterapiaprosessin aluksi terapeutti tapaa lapsen, vanhemmat sekä mahdollisesti muita lapsen arjessa olevia henkilöitä, kuten päiväkodin henkilökuntaa tai esimerkiksi opettajan. Terapeutti kerää näin tarvittavaa tietoa lapsesta, jotta terapialle voidaan asettaa tavoitteita sekä lapselle voidaan suunnitella toimintoja. Jotta lapsi pääsee terapiaan, tarvitsee hän useimmiten lähetteen, jonka on tehnyt esimerkiksi sairaanhoitaja. Lapselle tehdään arviointi, ennen terapiaan tuloa, jossa hänen taitotasoaan verrataan normaalisuorituksiin. Näin nähdään onko terapialle tarvetta. Kun mahdollisen terapian tarve on arvioitu, tekee toimintaterapeutti itse varsinaisen toimintaterapia arvioinnin. Arviointi voi sisältää muun muassa

päivittäisten toimien, leikin, sosiaalisen kanssakäymisen sekä toiminta tapojen arviointia. Arvioinnin perusteella toimintaterapeutti näkee lapsen toiminnallisen tarpeen sekä hänen heikkoudet ja vahvuudet. Näiden tekijöiden perusteella terapeutti tekee lapselle yksilöllisen toimintaterapia suunnitelman. (Solomon & Clifford O'Brien 2011, 153.)

Toimintaterapiasuunnitelmassa on otettu huomioon vanhempien toiveet, lapsen heikkoudet ja vahvuudet, lapsen kuntoutumisen todennäköisyys sekä asetettu pitkän ja lyhyen aikavälin tavoitteet. Suunnitelmasta käy ilmi myös terapian kesto, kertojen lukumäärä sekä terapiakeinot. Suunnitelman tekemisen jälkeen alkaa itse terapian toteuttaminen suunnitelman mukaan. Jos tarvetta ilmenee terapeutti voi myös määrittää uudelleen arvioinnin terapiassa tai lopettaa terapian kesken terapia kauden. Terapia voidaan lopettaa kesken, jos lapsi on jo saavuttanut halutut tavoitteet tai jos, toimintaterapian maksimaalinen hyöty on jo saavutettu. Myös vanhemmat voivat päättää lopettaa terapian kesken. Terapian päätyttyä lapselle yleensä määrätään seurantasuunnitelma, jonka avulla lapsen terapian tarvetta pystytään tarkkailemaan. (Solomon & Clifford O'Brien 2011, 154-167.)

7.1 Leikki

Leikki on lapsuuden tärkein toiminto ja se vaikuttaa suuresti lapsen kehitykseen. (Solomon & Clifford O'Brien 2011, 407.) Toimintaterapiassa leikin avulla usein pyritään opettelemaan tarvittavia taitoja. Leikin avulla voidaan harjoitella muun muassa motorista suunnittelua, voimaa, ongelmaratkaisua sekä kirjoittamista. Leikin tiimellyksessä pystytään tekemään monia eri harjoitteita, ilman, että lapsi edes huomaa. Terapeutti valmistelee terapiaympäristön niin, että siellä on lapsen tavoitteita tukevia esineitä, mutta joka kuitenkin antaa lapselle mahdollisuuden valita, jotta lapsi kokee olevansa mukana valinnassa ja jotta hänellä on hauskaa. Aina tavoitteiden saavuttamista ja hauskaa leikkiä ei kuitenkaan ole helppo yhdistää. Jotta terapeutti pystyy valitsemaan tavoitteisiin sopivia toimintoja, tulee hä-

nen tietää lapsen vahvuudet sekä heikkoudet ja niiden perusteella asettaa juuri sopivan haastavia toimintoja. Terapeutin tulee seurata lapset reaktioita ja mahdollisesti kesken terapian muokata toimintaa, niin, että se on edelleen lapselle mielekästä. Terapeutti voi käyttää muun muassa mielikuvitusleikkiä, joka kehittää lapsen mielikuvitusta, kieltä sekä kommunikaatiota. (Solomon & Clifford O'Brien 2011, 399-401.)

Lapsella voi toki olla tarvittavat taidot leikkiin, mutta hän ei osaa spontaanisti ja itsenäisesti käyttää näitä taitoja. Silloin toimintaterapeutti voi auttaa lasta hyödyntämään omaaviaan taitoja. Jos lapsi ei osaa hyödyntää leikkitaitojaan, voi häneltä jäädä oppimatta tärkeitä taitoja, joita hän tarvitsee aikuistuuksaan. Leikki voi siis olla joko terapiakeino, jolla opetellaan eri taitoja tai leikki voi olla terapian tavoite. Tällöin tavoite voi olla vaikkapa oppia käyttämään leikissä vaadittavia taitoja. (Solomon & Clifford O'Brien 2011, 403-404.)

8. Opinnäytetyön kulku

8.1 Laadullinen tutkimus

Tämä opinnäytetyö on laadullinen tutkimus. Laadulliseen tutkimukseen vaikuttavat aikaisemmat aiheesta tehdyt tutkimukset ja teoriat, empiirinen aineisto sekä tutkijan oma ajattelu ja päättely. Tyypillisiä piirteitä laadullisessa tutkimuksessa ovat muun muassa aineistonkeruumenetelmät, kuten haastattelu, tutkittavien näkökulman huomioiminen ja harkinnanvarainen otanta. Tutkimus alkaa tutkimusaiheen määrittelyllä, jonka jälkeen määritellään tarkemmat tavoitteet, tutkimustehvät ja -ongelmat. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Laadullinen tutkimus vaatii myös teoriataustaa, joka koostuu aihetta koskettavista näkökulmista. Teoriasta ilmenee miten kyseistä aihetta on ennen lähestytty sekä millaisia tuloksia on saatu. Aiempaa materiaalia tutkimalla, pystytään myös kertomaan, mitä aiheeseen liittyvää ei ole vielä tutkittu ja siten pystytään tutkimus ohjaamaan tutkimaan uusia asioita. Teorian pohjalta määräytyvät myös tutkimuskysymykset ja kyselyn kysymykset. Vastausten analyysivaiheessa täten voidaan vastauksia verrata teoriapohjaan ja tutkia niiden eroavaisuuksia ja samankaltaisuuksia. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Myös tutkimuksen eettisyys on tärkeä huomioida. Jos tutkimuksen tekeminen kohdistuu ihmisiin, vaatii se tutkijalta hyvän tutkimuskäytön noudattamista ja ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittamista. Jos tutkija valitsee standardeitua tiedonkeruumenetelmiä, voivat tutkimusasetelman mahdolliset eettiset ongelmat olla ennakoitavissa ja ratkaistavissa etukäteen. Kun kyseessä on vapaamuotoisempi tiedonhankintatapa, on tutkijan ja tutkittavan suhde epämuodollisempi ja tutkijalle jää suurempi moraalinen vastuu eettisten kysymysten ratkaisemisesta. Tutkijaa voidaan auttaa tutkimusetiikkaa edistävillä ohjeilla toimimaan oikein, mutta eettiset ongelmat muuttuvat yhteiskunnan muuttuessa, joten tutkija joutuu itse tekemään ratkaisut ongelmien ratkaisemiseksi. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Tutkimuksen luotettavuus on myös isossa roolissa. Tutkimuksille on asetettu tiettyjä arvoja ja normeja, jotka sen tulee täyttää. Käsitteet reliabiliteetti ja validiteetti ovat keskeisiä termejä määrällisen tutkimuksen arvioinnissa, mutta jotkin käyttävät näitä termejä myös laadullisen tutkimuksen arvioinnissa. Laadullisen tutkimuksen arvioinnissa validius eli tutkimuksen pätevyys on isommassa osassa. Pätevyys ymmärretään uskottavuudeksi ja vakuuttavuudeksi. Laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulee tehdä kriittistä tarkastelua. Tutkimusta tehdessä tulisi olla utelias, mutta samalla skeptinen. On tärkeää esittää peruskysymyksiä tutkimuksen eri vaiheissa sekä pyrkiä vastaamaan itse esittämiinsä kysymyksiin. Myös

oman toiminnan kriittinen analysointi eli reflektointi on tärkeää ja sitä tulisi tehdä koko prosessin ajan. Kuvaillemalla aineiston syntymistä ja empirian hankkimista, purkamista ja analysoimista sekä harkitsemalla tutkimusprosessin elementtejä ja vaiheita voidaan tutkimuksen pätevyyttä ja luotettavuutta lisätä. Laadullinen tutkimus on aina yhdenlainen versio tutkittavasta aiheesta eikä siihen voi koskaan täysin luottaa. Tutkimustuloksista voidaan tehdä johtopäätöksiä, mutta tulokset ovat aina aikaan, paikkaan ja tutkijaan sidonnaisia. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Kyselylomakemenetelmällä pyritään selvittämään esimerkiksi otoksen ominaispiirteitä, mielipiteitä tai uskomuksia. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa kyselylomakkeet ovat avoimia, jolloin kysymykset eivät ole valmiiksi strukturoituja eli kysymyksiin ei ole tiettyjä vastauksia. Tällöin vastaukset ilmentävät tutkittavien sisimpiä tuntemuksia. (Soininen 1995, 114.) Tein kyselyn Webropol- kyselyjärjestelmää käyttäen (Liite 1). Keräämäni tietopohjan perusteella määritin kysymykset joihin halusin vastauksia. Kaikki kyselyn kysymykset ovat avoimia kysymyksiä, jotta vastaajien ääni saadaan kuuluviin. Kysely on anonymikysely, eli vastauksia ei voi yhdistää vastaajaan. Näin ollen vastaajien yksityisyys on suojattu. Kyselyn alussa on kysymykset vastaajan iästä, sukupuolesta, työkokemuksesta, työpäikasta sekä työssä käytettävästä viitekehyksestä. Loput kysymykset ovat avokysymyksiä, joilla pyrin selvittämään, minkälaisen lasten kanssa tablettia on käytetty (ikä, sukupuoli, diagnoosi, terapian tavoitteet), minkälaisia sovelluksia, mihin terapian tavoitteisiin tabletin käytöllä pyritään vastaamaan, mihin terapeutti uskoo sillä olevan vaikutusta, miten opitut taidot siirretään arkeen, mitkä ovat tabletin käytön hyvät ja huonot puolet sekä miltä tabletin käytön tulevaisuus toimintaterapiassa näyttää terapeuttien mielestä.

Analyysillä tarkoitetaan empiirisen tutkimuksen yhteydessä muun muassa aineiston huolellista lukemista, tekstimateriaalin järjestämistä sekä sisällön ja rakenteiden erittelyä, jäsentämistä sekä pohtimista. Ideana on siis selkeyttää runsas teks-

timassa, kiteyttää haastattelujen tai kertomusten sisältö ja tarkastella tutkimusongelmien kannalta keskeisten asioiden esiintymistä ja ilmentymistä tekstissä. Analysoimalla aineiston tutkija tiivistää aineistoa, tulkitsee sitä, käy vuoropuhelua teorian, empirian ja oman ajattelunsa välillä sekä täten lisää aineiston informaatioarvoa. Moneen kertaan luettuna tekstimassasta usein nousee esille toistuvia seikkoja, tutkijan ajattelutavasta riippuen. Asiat eivät siis nouse esiin itsestään, vaan tutkijan perusteellisen ajattelun tuotteena. Analyysi voi olla myös näkökulmien ymmärtämistä, aineiston tiivistämistä eritavoin tai sisällöllisten tai rakenteellisten yhteneväisyyksien ja erojen etsimistä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

8.2 Aineiston keruu

Valitsin tiedonkeruu menetelmäkseni laadullisen kyselytutkimuksen, jonka avulla kerään toiminataterapeuttien käyttökokemuksia tablettien käytöstä. Opinnäytetyöni tiedonantajiksi pyrittiin löytämään toimintaterapeutteja, joilla on osaamista tabletin käytöstä osana toimintaterapiaa. Mahdollisten tiedonantajien rekrytoimiseksi lähetin viestin ”Satakunnan toimintaterapeutit” sähköpostiviestiketjuun sekä Facebookissa ryhmiin ”Ipad lasten kuntoutuksessa ja opetuksessa” sekä ”Toimintaterapeutti ja tabletti”, jossa kerroin tarvitsevani opinnäytetyöni kyselyyn vastajia. Lähetin tiedon kyselystäni myös Tutoris Oy:n yhdelle esimiehelle ja pyysi häntä lähettämään tietoa kyselystäni eteenpäin, jotta saisin laajemmalti Suomesta käyttökokemuksia.

Satakunnan toimintaterapeutit sähköpostiketjussa on 51 toimintaterapeuttia, Ipad lasten kuntoutuksessa ja opetuksessa 3684 jäsentä ja toimintaterapeutti ja tabletti-ryhmässä 376 jäsentä. En tiedä montako toimintaterapeuttia Ipad lasten kuntoutuksessa ja opetuksessa ryhmässä on, mutta Satakunnan toimintaterapeutit viestiketjulla ja Toimintaterapeutti ja tabletti ryhmällä tavoitin ainakin 427 toimintaterapeuttia, joskin ryhmissä voi olla samoja henkilöitä. Tutoris Oy:n esimies välitti

viestiäni myös heidän toimintaterapeuteilleen eteenpäin ja näin tavoitin ainakin yhdeksän toimintaterapeuttia, jotka toimivat tämän esimiehen vastuu alueella. Viestissä pyysin niitä henkilöitä ottamaan sähköpostitse tai Facebookin välityksellä minuun yhteyttä, jotka haluavat vastata kyselyyn. Näin vältyin lähettämästä kyselyä sellaisille henkilöille, joilla ei esimerkiksi ole kokemusta tabletin käytöstä tai joilla ei ole aikaa vastata kyselyyn. Laitoin viestin sähköpostiketjuun, ryhmiin sekä Tutoriksi Oy:n esimiehelle 05.02.2015. Lähetin linkin Webropol- kyselyyn 9.-17.2.2015 ja vastausaikaa kyselyssä oli kaksi viikkoa eli viimeinen vastauspäivä oli 23.2.2015. Tätä kautta sain 15 tiedonantajaksi sopivaa toimintaterapeuttia.

8.3 Aineiston kuvaus ja tulokset

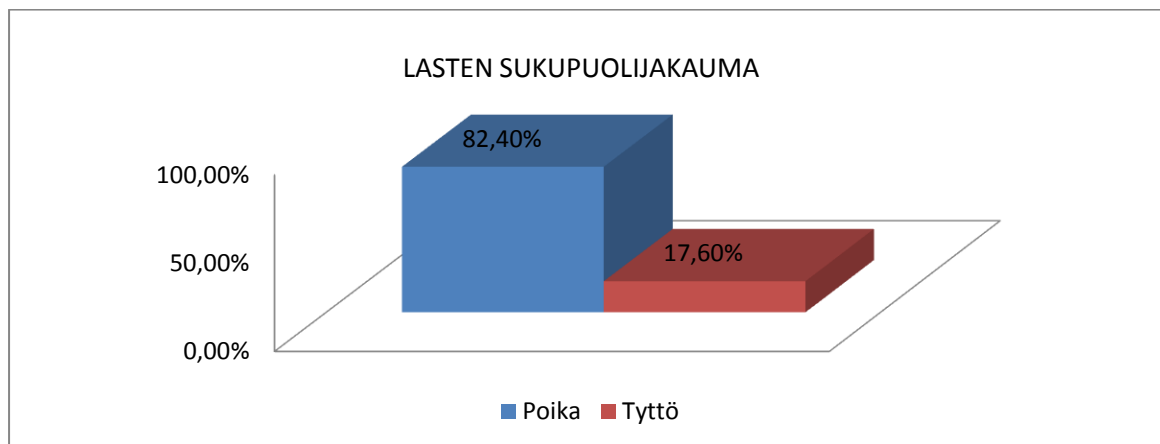
Kyselyyni vastasi kaiken kaikkiaan 11 vastaajaa viidestätoista (11/15) kyselyn sulkeutumispäivään mennessä. Vastausprosentiksi tuli siis 73%. Kaikki vastaajat vastasivat kyselyn jokaiseen kysymykseen, lukuun ottamatta viimeistä kysymystä, jossa sana oli vapaa. Yhteen kirjoitettuna vastauksia kertyi kaiken kaikkiaan 10 sivua. Kaikki vastaajat olivat naisia ja heidän keski-ikä oli 34.3- vuotta, joista nuorin oli 25- vuotta ja vanhin 60- vuotta. Työkokemusta kymmenellä vastaajalla oli keskimäärin 6- vuotta, josta lyhin aika oli noin vuoden ja pisin työkokemus noin 15 vuotta. Yhden vastaajan työkokemusta en voinut laskea mukaan, koska hän ei sitä tarkasti ilmoittanut. Vastaajista viisi toimivat itsenäisinä ammatinharjoittajina tai yksityisyrittäjinä, kaksi toimi terveyskeskuksen lapsi- ja perhepalveluissa sekä loput neljä työskentelivät yksityisen sektorin firmoissa. Viitekehyksinä työssään vastaajat kertoivat käyttävänsä MOHOa (Model of Human Occupation), Kanadan mallia, COOPia (Cognitive orientation to daily occupational performance), ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health), sensorisen integraation teoriaa, ratkaisukeskeistä, kognitiivista, taitojen hankinnan tai kehityksellisen viitekehyksen mallia. Muutama kertoi myös käyttävänsä usean viitekehyksen yhdistelmää tai asiakkaan mukaan valittavaa mallia.

8.4 Aineiston analyysi

Avoimet vastaukset analysoitiin sisällön analyysillä. Vastaukset luettiin huolellisesti moneen kertaan läpi, jonka jälkeen vastaukset ryhmiteltiin ala- ja pääluokkiin.

8.4.1 Tabletin käytön kohderyhmä

Vastaajat ovat käyttäneet tablettia 5-12- vuotiaiden lasten kanssa. Itse keskityn 1-12- vuotiaisiin lapsiin, kuten Clifford O'Brian ja Hussey (2007) lapsuuden määrittelivät. Muutamat vastaajista kertoi myös esimerkit 13-15 vuotiaista lapsista, mutta koska keskityn nuorempiin lapsiin, jätän nämä lapset analyysini ulkopuolelle joka osa-alueella. Niistä seitsemästätoista esimerkkilapsesta, joiden sukupuoli on kerrottu, 14 olivat poikia ja kolme olivat tyttöjä, mutta moni kertoi käyttävänsä tablettia niin tyttöjen kuin poikienkin kanssa. Seuraavassa kuviossa (ks. Kuvio 1.) olen kuvannut sukupuolten prosentuaalista jakaumaa.



Kuva 1. Vastausten esimerkkilasten sukupuolijakauma

Lasten toimintakyvyn haasteet vaihtelivat vastaajien kertomana suuresti. Seuraavassa taulukossa (ks. Taulukko 1.) on esitetty vastaajien esimerkki lapsien yleisimmät toimintakyvyn häiriöt. Osalla esimerkkilapsista oli useampia toimintakyvyn häiriöitä. Yleisimpinä toimintakyvyn häiriöinä nousivat ADHD, jokin kehitysviive tai – vamma, autismi sekä erilaiset motoriset ongelmat (visuo-, karkea- ja hienomotoriikka). Muita diagnooseja tai ongelmia ovat muun muassa tarkkaavaisuus- tai keskittymishäiriö, hahmottamisen ongelmat, käyttäytymishäiriöt sekä hemiplegia eli toispuolihalvaus.

Taulukko 1. Vastaajien nimeämät tyypillisimmät toimintakyvyn häiriöt

TOIMINTAKYVYN HÄIRIÖ	MAININTOJEN MÄÄRÄ
Kehitysviive- tai häiriö	8
ADHD= attention-deficit/hyperactivity disorder= aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö	5
Motoriset ongelmat/kömpelyys	5
Autismi	3
Kehitysvamma	3
Cp tai Down	3
Tarkkaavaisuus- tai keskittymisongelmat	3
Avaruudellisen hahmottamisen ongelma	1
Hienomotoriset ongelmat	1
Epilepsia	1
Hemiplegia= toispuolihalvaus	1

8.4.2 Tabletin käytön tavoitteet

Vastaajat toivat esille erilaisia toimintaterapian tavoitteita tabletin käyttöön liittyen. Tavoitteina näillä lapsilla oli vastaajien kertomana pääasiassa keskittymisen ja tarkkaavaisuuden, hienomotoriikan, hahmottamisen, toiminnanohjauksen, karkeamotoriikan, visuumotoriikan sekä bilateraalisen koordinaation ja keskilinjan ylittämisen kehittyminen. Myös vuorovaikutuksen tukeminen, syy-seuraussuhteen ymmärtäminen, kehontuntemuksen vahvistuminen, vuorottelu, leikkitaitojen kehittyminen sekä aistikokemuksien saaminen ovat tavoitteina. Seuraavassa taulukossa (ks. Taulukko 2.) olen koonnut joitakin toimintaterapeuttien mainitsemia tavoitteita ja toimintoja joiden avulla he ovat pyrkineet vaikuttamaan tavoitteisiin. Olen samaan taulukkoon listannut myös heidän hyväksi havaitsemiaan sovelluksia.

Taulukko 2. Vastaajien nimeämät tavoitteet ja niihin käyttämänsä sovellukset

TAVOITE	MINKÄLAISIA TOIMINTOJA	HYVÄKSI KOETTU SOVELLUS
HIENOMOTORIIKKA	Sokkelot, väritystehtävät, kynäkäyttö, kaksikäsinen työskentely	FingerMaze, Dexteria Jr., Bugs n Buttons
HAHMOTTAMINEN	Sokkelot, väritystehtävät, eroavaisuuksien etsiminen, palapelit	Truck Parking, Labyrinth, Alpha Maze, Tangram, Angry Birds
KESKITTÄMINEN JA TARKKA-AVAISUUS	Tehtäviin keskittyminen sekä reagointi	Magic Piano, Speed Test
TOIMINNANOHJAUS	Valokuvataan vaikeat toiminnot/ohjeet	Sarjakuva-sovellukset, Hair-Salon me, Let's go Murray
VISUOMOTORIIKKA	Silmän ja käden yhteistyön harjoittelu	Sort it Out, Angry Birds
SYY-SEURAUSSUHDE	Toiminnalla on aina jokin seuraus	Tierklavier, Sound Touch, Ocean Swimmer
KARKEAMOTORIIKKA	Yläraajojen aktivoiminen, keksilinjan ylitys, tukeutumisharjoitteet hemipotilaiden kanssa	Vroom, Slide&Spin, Baby Finger, Color Bubbles, Button Blast, Lego Duplo Zoo

Myös vuorovaikutuksen tukeminen, syy-seuraussuhteen ymmärtäminen, kehontuntemuksen vahvistuminen, vuorottelu, leikkitaitojen kehittyminen sekä aistikokemusten saaminen ovat tavoitteina. Erilaisia kouluvalmiuksia harjoittavia sovelluksia on myös käytetty paljon, sillä suuri osa vastanneiden esimerkeistä on kouluiässä. Kynäharjoitteita tabletin kynällä, kirjainten opettelua joko tabletin kynällä tai omalla sormella ja kellonaikojen opettelua on muun muassa tehty heidän kanssaan. Tabletin eri sovelluksia voidaan myös käyttää lapsen omien ideoiden rikastamiseen.

Tässä yksi esimerkki tabletin käytöstä:

“7- vuotias poika, jolla haasteita tarkkaavaisuuden ja keskittymisen ylläpidossa sekä suuntaamisessa. Terapian yhtenä tavoitteena oli, että lapsi jaksaa keskittyä toimintaan alusta loppuun ja suorittaa toiminnan eri vaiheet järjestyksessä ilman suurempia tarkkaavuuden herpaantumisia. Käytimme tabletilla tarkkaavaisuutta vaativia sovelluksia (mm. Magic Piano, erilaiset reagointi-pelit kuten Speden Speleistä tuttu värin painanta peli) sekä pelejä, joissa tulee edetä esim annetun ohjeen mukaan (mm. "Let's go Murray!").

Käytän tablettia myös paljon motivoinnin keinona. Monet lapset innostuvat enemmän mm. tabletilla kirjoittamista kuin tavallisista kynätehtävistä. Lapset myös motivoituvat epämieluisiin tehtäviin paremmin, jos palkkiona on hetki tabletilla pelaamista.”

8.4.3 Tabletin käyttö toimintaterapiaprosessin osana

Tablettia käytetään myös palkintona sekä terapiatilanteiden kuvaamiseen ja videointiin. Tällöin lapsen kehitystä voidaan seurata terapian edetessä. Tabletin käyttö palkintona tarkoittaa sitä, että lapsi palkitaan terapian loppuksi tabletin pelaamisella, jos lapsi on tehnyt ensin terapian tehtävät. Näin lopussa odottava tabletti motivoi lasta suoriutumaan sekä keskittymään terapian toiminnoista. Sama toimii myös toisinpäin, eli jos lapsi vaikka käyttäytyy huonosti terapian aikana tai ei suostu suorittamaan terapian toimintoja, rangaistukseksi hän ei saa pelata tabletilla. Kuitenkin, sovellukset joista lapsi saa valita palkintonsa, ovat kaikki terapeuttisia pelejä eli mikä tahansa niistä kehittää lapsen taitoja tai valmiuksia. Sama käytäntö voidaan käyttää myös kotona palkintona.

8.4.4 Opittujen taitojen siirtäminen lapsen arkeen sekä ympäristö jossa tablettia käytetään

Opittujen taitojen siirtymistä lapsen arkeen pidettiin melko selvänä ja helppona asiana, sillä tabletin avulla tehdään samanlaisia harjoitteita kuin muidenkin menetelmien avulla. Kynäotteen siirtymisen helppoudesta mainitsi moni vastaaja ja sen kerrottiin tapahtuvat lähes itsestään, jos tablettia käytetään aina siihen tarkoitettulla kynällä. Moni korosti kuitenkin sitä, ettei tabletti koskaan ole ainoa menetelmä, jolloin kaikki käytettävät menetelmät yhdessä tukevat toisiinsa. Jos perheellä on kotona tabletti, voidaan taitoja silloin myös harjoitella kotona, lapsen omassa ympäristössä, jolloin niiden siirtyminen onnistuu helposti. Seuraava lainaus oli minusta melko kattava vastaus kysymykseen:

”Uskon, että tabletilla harjoittelu vaikuttaa perinteisen harjoittelu tavoin valmiuksien ja taitojen kehittymiseen, eli harjoittelussa kehittyvät taidot siirtyvät hyvin arkeen, mikäli harjoittelu kokonaisuudessaan on monipuolista ja omassa toimintaympäristössä tapahtuvaa.”

Lähes jokainen vastaaja kertoi kantavansa tablettia mukanaan, jolloin tablettia tulee käytettyä siellä, missä terapian ikinä toteutuukin. Tablettia käytettiin terapiatiloissa, kouluissa, päiväkodeissa sekä kotikäynneillä. Yksi vastaajista totesi, että tablettia voisi käyttää asiakkaan kanssa vielä monessa muussakin ympäristössä ja tilanteessa, kuten asioinnin harjoittelussa vaikkapa. Lähes jokainen vastaajista tekee liikkuvaa työtä, osa vain koti-, koulu- tai päiväkotikäyntejä, jolloin tabletti on helppo väline ottaa mukaan.

8.4.5 Tabletin käyttöön vaikuttavat tekijät, sen hyvät ja huonot puolet sekä tulevaisuus toimintaterapiassa

Tabletin käytön estäviksi tekijöiksi vastaajat nostivat lapsen peli/netti riippuvuuden, lapsi on liian nuori, käsien heikko motoriikka, näkövamma, uskonnolliset tekijät sekä jos tabletin käyttö ei vastaa lapsen terapian tavoitteisiin. Jos lapsi on aggressiivinen ja hänellä on tapana heitellä tavaroita, tulee tabletin käyttöä miettiä tarkkaan. Samoin jos lapsi kuolaa paljon, ei tabletti välttämättä ole hygieenisin vaihtoehto. Myös vanhempien tai muiden aikuisten asenne ja tabletin käytön mahdollisuuksien vähättely tuovat joskus haastetta vastaajien mukaan. Osa vastaajista totesi, ettei lapsen ominaisuuksista johtuvaa estettä ole vielä tullut eteen. Sovelluksia ja tabletin käyttöä pystytään muokkaamaan niin, että se lapselta onnistuu ja, että se vastaa lapsen tavoitteisiin.

Tablettia pidettiin yhtä tehokkaana keinona terapiassa, kuin muitakin menetelmiä. Selkeästi kaikkien vastaajien keskuudessa esille nousi tabletin mukana kuljetettavuuden helppous, sen monipuolisuus työvälineenä sekä se, että lapset motivoituvat ja innostuvat tabletin kanssa toimimisesta helposti. Tabletilla voidaan lapsia houkutella tekemään vaikealtakin tuntuvia asioita. Myös sovellusten määrää ja monimuotoisuutta pidettiin tabletin käytön hyvinä puolina. Sen lisäksi, että tablettia voidaan käyttää niin itse terapiassa kuin arviointitilanteissakin, todettiin, että sitä voidaan hyödyntää myös kotiharjoittelussa. Tabletilla kotiharjoittelu tulee todennäköisemmin tehtyä, kuin tavalliset paperitehtävät ja tabletti kuitenkin löytyy nykyään jo melkein joka kodista. Tablettia pidettiin myös nykypäiväisenä ja hyvänä lisänä terapeutin työvälineisiin, sillä sen avulla voidaan muun muassa terapiakerroilla tallentaa kuvia ja lapsen tuotoksia, joita voi sitten vaikka terapiajakson lopuksi tarkastella. Kynäotteen harjoittelun nosti esille myös moni vastaajista. Monesti lapset eivät motivoitu tavanomaisista kynätehtävistä, mutta tabletilla toimiminen on monesta mielekästä puuhaa, joten tabletin kynällä kynäotteen harjoittelu onnistuu melkein huomaamatta. Ja kuten jo aikaisemmin tuli esille, pidettiin tablettia myös palkitsemisen tai rangaistuksen välineenä. Jos terapiakerta

oli onnistunut ja lapsi osallistui kaikkeen toimintaa, palkittiin hänet sen jälkeen jollakin terapeuttisella sovelluksella. Jos lapsi kieltäytyi tehtävistä, rangaistukseksi hän ei saanut pelata tabletilla. Tärkeäksi koettiin myös se, että onnistumisen kokemuksen saaminen tabletin avulla on helppoa ja tabletti kannustaa lasta jatkaan epäonnistumisista huolimatta. Esille nousi myös se, että tabletti on osa tämän sukupolven lasten arkea ja ympäristöä. On siis tärkeää ottaa se toimintaan mukaan ja opettaa sen käyttöä, koska tablettien käytön uskotaan lisääntyvän muun muassa kouluissa.

Huonoina puolina vastaajat pitivät tabletin liiallista käyttöä, jolloin lapsi voi jäädä koukkuun ja tablettiin. Samoin jos tablettia aina käytetään motivoinnin keinona, ei lapsi välttämättä enää motivoitu toiminnasta ilman tablettia. Tabletin pelättiin myös heikentävän lapsen motorisia taitoja ja ”oikea tekeminen”, kuten kynällä paperiin piirtäminen saattaa unohtua. Tätä pelättiin siis silloin jos tablettia käytetään liiakseen ja unohdetaan muut menetelmät. Tässäkin kohdassa vastaajat siis korostivat sitä, ettei tabletti koskaan saa olla ainoa terapian väline. Joillakin lapsilla näytön tuijottaminen voi myös kuivattaa silmiä. Myös tekniset ongelmat nousivat esille, eli netin puuttuminen, akun nopea loppuminen sekä mahdollisesti tulostimen ja tabletin yhteen sopimattomuus, joka rajoittaa tabletin käyttöä. Aikuisten ja joidenkin vanhempien asennetta tablettia kohtaan pidettiin myös huonona puolenä.

Tulevaisuudessa tabletin käytön uskotaan lisääntyvän ja vakiintuvan toimintaterapiassa, sillä tabletit muutenkin yleistyvät yhteiskunnassa. Myös käytön mahdollisuuksien uskotaan paranevan uusien sovellusten myötä, mutta samalla suomenkielisten sovellusten toivotaan lisääntyvän. Tablettia pidetään terapiavälineen lisäksi, myös muuten toimintaterapeutin työtä helpottavana apurina, jonka avulla sähköpostien lukeminen ja muistiinpanojen tekeminen reissaavalta työntekijältä onnistuvat paremmin.

9. Tulosten johtopäätökset

Tablettia käytetään niin poikien kuin tyttöjenkin kanssa terapiassa. Keskimärien lapset ovat 5-12- vuotiaita. Diagnooseista yleisimpiä ovat ADHD, jokin kehitysvamma tai – häiriö, motoriset ongelmat sekä autismi. Toimintaterapialla pyritään vaikuttamaan hienomotoriikkaan, hahmottamiseen, keskittymiseen sekä toiminnanohjaukseen. Myös kynäotteen harjoittelu sekä toimintoihin motivoiminen onnistuvat hyvin tabletin avulla. Tabletin käytöllä voidaan houkutella lasta vaikealta-kin tuntuviin toimintoihin, motivoida muihin terapian tehtäviin, voidaan palkita hyvästä työstä tai rangaista toimintojen tekemättä jättämisestä, sillä voidaan harjoitella eri taitoja ja valmiuksia sekä tallentaa terapiakerrasta kuvia ja lapsen tuotoksia. Tablettia voidaan myös hyödyntää kotiharjoittelussa. Tabletti on nykyaikainen uusi työväline toimintaterapeuttien käyttöön, jolla on yhtä tehokas vaikutus kuin muillakin menetelmillä, kun sitä käytetään yhtenä monipuolisen terapian välineenä.

Tabletilla opitut taidot siirtyvät lapseen arkeen melkein pä itsestään. Tabletin kynällä harjoiteltu kynäote siirtyy lapsen arkeen suoraan, samoin kuin mahdollisesti tabletin avulla harjoitellut numerot ja kirjaimet. Tabletti ei koskaan ole terapian ainoa väline, vaan samankaltaisia harjoituksia tehdään myös muilla välineillä, joten tabletin avulla opitut taidot siirtyvät siinä samassa kuin muillakin keinoilla harjoitellut taidot. Usein tablettia käytetään lapselle ominaisessa ympäristössä, mikä helpottaa taitojen siirtymistä lapsen arkeen. Myös tässä kohtaa kotiharjoittelulla on suuri merkitys. Jos kotona on mahdollista käyttää myös tablettia, tapahtuu harjoittelu silloin lapsen jokapäiväisessä ympäristössä ja taidot siirtyvät helposti. Terapeutit käyttävätkin tablettia pääasiassa lapsen ympäristössä, kuten koulu-, päiväkotij- ja kotikäynneillä. Tablettia käytetään siis aina sen mukaan, missä terapia milloinkin tapahtuu. Tabletin käyttöä estäviä seikkoja ei juuri noussut esille. Lapsen peli- tai nettiriippuvuus mainittiin, sekä mahdollisesti jos lapsi on liian nuori käyttääkseen tablettia. Joskus lapsen ollessa aggressiivinen ja taipuvainen ta-

varoiden heittelyyn tai jos lapsi kuolaa paljon, tulee tabletin käyttöä miettiä tarkasti.

Tabletin käytön hyviä puolia ovat suuri sovellusten kirjo sekä laitteen monimuotoisuus. Lapset motivoituvat helposti sen käytöstä ja jokaiselle lapselle löytyy aina jotakin. Myös laitteen kevyestä koosta johtuva kuljetuksen helppous on hyvä asia. Huonoja puolia ovat, jos lapsi kiinnostuu ja jää kiinni liikaa tablettiin tai jos tablettia käytetään liikaa terapiassa, voi lapsen motoriikka heiketä. Suomenkielisiä sovelluksia on vasta melko vähän, joten se rajoittaa tabletin käyttöä. Välillä tekniset ongelmat ovat myös haittana. Tablettia ei myöskään voi pitää terapian ainoana välineenä, sillä se ei korvaa muita menetelmiä, kuten oikean kynän ja paperin käyttö. Tulevaisuudessa tabletin käyttö tulee todennäköisesti lisääntymään ja vakiintumaan toimintaterapian yhdeksi välineeksi. Uusia sovelluksia, varsinkin suomenkielisiä ja arjen toimintaa harjoittavia, tarvitaan kuitenkin lisää.

Sain vastaukseksi myös muutaman sähköpostin, jossa henkilöt kertoivat miksi he eivät käytä tablettia lasten toimintaterapiassa. Toinen henkilö on yrittänyt saada lupaa hankkia tabletti perheneuvolaan, mutta ei ole saanut siihen lupaa laitteen hinnan vuoksi. Toinen henkilö kertoi, ettei häntä itseään henkilökohtaisesti teknologia juuri innosta eikä hänellä ole tietoa terapiassa käytettävistä sovelluksista, joten siksi hän ei ole halunnut alkaa käyttämään tablettia terapiassa.

10. Tulosten pohdintaa

11 vastausta mahdollisesta 15 yllätti minut. Osasin odottaa, että tablettia käytetään terapiassa, mutta silti sen käyttämisen määrä yllätti minut. Oletin myös, ettei vanhemmat työntekijät välttämättä käytä tablettia terapiassa, mutta vanhin vastaaja olikin 60- vuotta. Kuten teoriassa nousi esille, niin kyselyssäkin esille nousi

yhteiskunnan tietoteknistyminen sekä tablettien lisääntyminen toimintaterapiassa. Tabletteja tullaan tulevaisuudessa käyttämään enenevissä määrin myös kouluissa, joten on aivan loogista, että sitä ja sen käyttöä tulee myös harjoitella toimintaterapiassa. Kyselyn vastausten perusteella tablettia käytetään todella laajasti erilaisten lasten kanssa, myös lasten joilla on lievempiä ongelmia. Ministry of Educationin (2004) tekstissä painotettiin, ettei tablettia saa koskaan olla ainoa metodi terapiassa eikä se estä tai vähennä vuorovaikutusta. Myös vastaajat painottivat samoja asioita sekä sitä, että tabletti on yksi osa monipuolista terapiaa.

Lasten tavoitteisiin liittyvissä kysymyksissä halusin tietää millaisia tavoitteita lapsilla oli ja mihin näistä tavoitteista pyrittiin vaikuttamaan tabletin käytöllä. Vastauksissa painotettiin, että tabletin käyttöä tulee tarkastella jokaisen lapsen kohdalla erikseen, jolloin lapsen tavoitteet ja ominaisuudet otetaan huomioon. Myös tätä painotetaan AOTA:n viitekehyksessä (2014), jossa sanotaan, että terapeutin tulee ottaa huomioon lapsen kehontoiminnot ja rakenne, taidot, roolit sekä tavat. Jokaisen lapsen kohdalla tabletin käyttöön ottaminen tulee siis arvioida yksilöllisesti. Moni terapeutti käytti tablettia myös motivointiin. Lapsi ei välttämättä suosunut tekemään esimerkiksi sokkelotehtäviä kynällä ja paperilla, mutta tabletilla lapsi oli niitä motivoitunut tekemään. Myös AOTA:n viitekehyksessä (2014) painotetaan mielekkään toiminnan tärkeyttä.

Fyysinen ympäristö voi joko tukea tai asettaa esteitä merkitykselliseen toimintaan. Sosiaalinen ympäristö tarkoittaa suhteiden läsnäolon ja henkilöiden, ryhmien ja yhteisöjen, joiden kanssa henkilö on tekemisissä, odotuksia. (AOTA 2014, 8-9.) Yksi vastaajista kirjoitti, että tulevaisuudessa tabletteja käytetään enemmän muun muassa kouluissa ja myös vaikeavammaisille tulisi taata mahdollisuus osata käyttää tablettia. Tabletin käyttö voi siis olla yksi yhteisön odotuksista. Tabletilla voidaan helpottaa vaikeavammaisen henkilön elämää ja sitä kautta, hän voi tuntea itsensä enemmän osaksi sosiaalista ympäristöään ja tätä kautta yhteisön odotuksia.

Kuten teoriassa (Ministry of Education 2004), niin vastauksissakin kuvattiin tabletin olevan uusi väline ammattilaisille eikä tabletti ole mitenkään korvaamassa tai sivuuttamassa heidän rooliaan ammattilaisina. Sen sijaan tabletin avulla ammattilaiset saavat uusia keinoja toimia. Valkoinen (2004) nosti esille, että tablettia voidaan käyttää kognition ja syy-seuraussuhteen ymmärtämisen harjoittelussa ja samat asiat nousivat esille kyselyn vastauksissa. Myyräläinen (2013) kirjoitti, että tabletin avulla voidaan parantaa keskittymistä joka myös ilmeni vastaajien kommentteista. Papunetin oppaassa kerrottiin tabletin käytöstä taitojen ja valmiuksien sekä hahmottamisen harjoittamisessa ja myös nämä seikat tulivat esille kyselyn vastauksissa. Terapiapsi nettisivustossa (terapiapsi.fi) kerrotaan tabletin käytöstä terapiatilanteiden kuvaamisessa sekä videoinnissa. Jotkin vastaajista käyttivät tablettia terapiakertojen kuvaamiseen sekä hyvänä piirteenä pidettiin myös sitä, että terapian jälkeisiin kirjaamisiin pystytään lisäämään terapiakerralla otettuja kuvia. Näin pystytään hyvin myös seuraamaan lapsen kehitystä. Lasten piirrosten ja muiden teoksien tallentaminen onnistuu myös helposti tabletin avulla. Monia yhtäläisyyksiä siis löytyi niin teoriasta kuin kyselyn tuloksistakin.

Tabletti tuo mukanaan terapeuteille satoja ja satoja erilaisia pelejä, leikkejä sekä tehtäviä, helposti mukana kannettavassa älylaitteessa. Sovelluksia pystytään muokkaamaan oikeanlaisiksi lapsen tarpeiden mukaan. Niin teoriassa (Myyräläinen 2013) kuin vastauksissa kuitenkin nousi esille suomenkielisten sovellusten vähäisyys. Vastaajista suurin osa kuitenkin uskoi myös suomenkielisten sovellusten lisääntyvän. Tabletti pystytään helposti yhdistämään muihin terapian keinoihin, eikä sen avulla opittujen taitojen siirtäminen arkeen ole vaikeaa. Kyselyssä ei siis tullut esille mitään järisyttävää uutta, mutta oli mukavaa nähdä, että tablettia käytetään paljon ja pidetään todella potentiaalisena uutena terapiavälineenä. Toivottavasti siis toimintaterapiaa tarjoavissa paikoissa huomataan laitteen monipuolisuus sen kalliin hinnan sijasta. Vastaajien esimerkkien ja kommenttien perusteella minulle valaistui pieni osa tabletin käytön monipuolisuudesta.

11. Opinnäytetyön pohdintaa

Opinnäytetyöni aihe on matkan aikana muuttunut moneen otteeseen. Vanhemmille suunnattavasta sovellusoppaasta päädyin lopulta kuitenkin tutkimaan toimintaterapeuttien käyttökokemuksia tabletin käytöstä lasten toimintaterapiassa. Opinnäytetyöni aikataulu oli melko tiukka. Aiheesta ei juuri löytynyt tutkimustietoa, joten liikkeelle lähteminen oli aluksi vaikeaa. Ohjaavan opettajani ohjeistuksella pääsin kuitenkin liikkeelle ja aloin keräämään tietopohjaa tietotekniikasta sekä toimintaterapiasta. Jos nyt siis alkaisin uudestaan tehdä opinnäytetyötäni, niin aloittaisin sen paljon aikaisemmin ja tällöin valittuun aiheeseen pystyisi perehtymään paljon syvemmin. Olen kuitenkin iloinen siitä, ettei minulla ollut mitään muita kursseja tai töitä päällekkäin opinnäytetyön kanssa, jolloin pystyin keskittymään pelkästään siihen. Harmillisesti juuri kyselyn lähettämishetkellä, sain väliaikaisesti uuden ohjaavan opettajan työlleni ja analysointivaiheen aikaan oli koulussa kontaktivapaaviikko, jolloin yhteydenpito opettajaani oli katkolla. Sain kuitenkin niin hyviä vinkkejä ja neuvoja ja niiden avulla mielestäni selviydyin hyvin.

Koska aikaa oli vähän, tuli työtä rajata erityisen tiukasti. Tietotekniikka niin kuin toimintaterapiakin ovat laajoja käsitteitä, joten paljon piti jättää työn ulkopuolelle. Tutkimustietoa en aiheestani juuri löytänyt, tai jos löytyi, ei se kuitenkaan ollut lähellä minun aiheitani. Vaikka tabletteja on käytetty jo melko pitkän aikaa, ei niiden käyttöä toimintaterapiassa ole vielä tutkittu. Joitakin opinnäytetöitä aiheesta tuli vastaan, mutta nekaan eivät täysin vastanneet minun aiheitani.

11.1 Kysely

Webropol- kyselyjärjestelmän käyttäminen minulle oli aivan uutta. Alkaessani luomaan kyselyä, opettelin samalla käyttämään koko järjestelmää. Onneksi aiheesta löytyi hyvät ohjeet ja järjestelmä oli looginen ja helppokäyttöinen. Myös kyselyn lähettäminen onnistui hienosti järjestelmän kautta ja täten sai varmistettua myös sen, että kyselyyn vastaajat eivät nähneet kenelle muulle kysely lähe-

tettiin, eikä vastauksia voinut jäljittää kehenkään vastaajaan. Kyselyn eettisyys onnistui mielestäni siis hyvin. Kyselyn lähettäminen tapahtui melko nopeasti. Osa vastaajista otti minuun yhteyttä vasta myöhemmin, joten heillä ei ollut vastausaikaa kuin noin viikko. Ihanteellista olisi ollut, jos aikaa vastaajien hankkimiseen sekä kyselyn lähettämiseen olisi ollut enemmän. Näin olisin voinut lähettää kyselyn kaikille yhtä aikaa, mutta koska aikaa oli niukasti, en voinut odotella vastauksia, vaan minun piti lähettää kysely heti kun henkilö ilmoitti olevansa halukas vastaamaan kyselyyn. Samoin vastaajien määrä jäi suhteellisesti melko pieneen, koska päätin ajanpuutteen vuoksi lähteä hakemaan heitä kohdistetusti. Jos vastaajien hankkimiseen olisi ollut enemmän aikaa, olisi heitä todennäköisesti löytynyt enemmän, olisin saanut mahdollisesti vastauksia enemmän ja näin ollen tulosten luotettavuus olisi ollut parempi.

Webropol- kyselyjärjestelmän kautta pystyin myös kätevästi lähettämään kaikille vastaajille muistutusviestit kyselystä sekä lopuksi kiitos viestin kyselyyn osallistumisesta. Kyselyn tekeminen ja lähettäminen onnistuivat siis mielestäni hyvin. Kyselyn voi tehdä koska vain uudestaan, joten jatkokäyttömahdollisuudet ovat hyvät. Tietenkin kysymyksiä voisi vielä kehittää, sillä tuntui, että joidenkin kysymysten kohdalla oli vastauksissa toistoa edelliseen. Tablettien käytön kokoajan lisääntyessä, löytyisi tulevaisuudessa vastaajikin todennäköisesti enemmän, sillä tabletit ovat osa tämän sukupolven lasten arkea. Itse ajattelen, että tabletin käytön aloittaminen terapiakäytössä vaatii aikaa, mutta kun kerran etsii hyvät sovellukset ja pääsee mukaan tabletin käyttömahdollisuuksien maailmaan, niin sen jälkeen käyttö on helppoa.

Alun vastaajaa koskevat kysymykset oli helppo analysoida ja laskea muun muassa heidän keksi-ikä sekä keskimääräinen työelämässä vietetty aika. Varsinaisten kysymysten vastaukset noudattivat lähestulkoon kaikki samaa kaavaa ja monessa vastauksessa nousi esille samat asiat. Muutaman kysymyksen vastaukset jopa toistivat itseään. Koen, että analyysi oli melko helppo tehdä, vaikkakin siihen

meni aikaa jonkin verran, jotta mikään ei jäänyt vastauksissa huomioimatta. Onnistuin analyysissä mielestäni tuomaan hyvin esille vastaajien ajatuksia ja heidän äänensä.

11.2 Tavoitteiden saavuttaminen

Tavoitteena oli kerätä toimintaterapeuteilta käyttökokemuksia, sekä niiden perusteella tarkastella tabletin käyttöä toimintaterapiassa. Tässä onnistuttiin. Sain vastauksia toimintaterapeuteilta, jotka kaikki käyttivät tablettia terapiassa melko paljon ja monipuolisesti. Sain selville millaisten lapsi asiakkaiden kanssa he käyttivät tablettia sekä tietoa tabletin eri ominaisuuksista. Sain myös hyviä perusteluita siitä, miksi tablettia tulisi käyttää toimintaterapiassa terapian yhtenä välineenä.

Vastauksista mielestäni paistoi toimintaterapeuttien positiivinen asenne alan tietoteknistymiseen. Huonojakin puolia tableteista nousi esille, kuten tabletteihin liian kiintyminen, mutta pääasiassa tabletti nähtiin toimintaterapiassa monipuolisena uutena terapiavälineenä. Itse uskon, että tablettien käyttö tulee lisääntymään ja niitä saadaan hankittua toimintaterapiaa tarjoaviin paikkoihin, kunhan päättäjät ymmärtävät niiden monipuolisuuden.

11.3 Luotettavuus ja eettisyys

Kun kyseessä on vapaamuotoisempi tiedonhankintatapa, on tutkijan ja tutkittavan suhde epämuodollisempi ja tutkijalle jää suurempi moraalinen vastuu eettisten kysymysten ratkaisemisesta. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Koska hain kohdistetusti vastaajia työlleni, oli työn eettisyys täysin minun vastuullani. Jotta jokaisen vastaajan identiteetti pysyisi salassa, lähetin linkin kyselyyni Webropol järjestelmän kautta, jolloin muut vastaajat eivät nähneet, kenelle kaikille

linkki oli lähetetty, enkä minä itse pystynyt jäljittämään vastauksia kehenkään vastaajaan. Myös muistutusviestin ja kiitosviestin lähetin tätä kautta. Analysoidessani tuloksia, toin vastaajien äänen kuuluviin. Eettisiä ongelmia ei matkalla tullut vastaan, joten koen, että työn eettisyys on hyvä.

Tutkimuksen luotettavuus on myös isossa roolissa. Tutkimuksille on asetettu tiettyjä arvoja ja normeja, jotka sen tulee täyttää. On tärkeää esittää peruskysymyksiä tutkimuksen eri vaiheissa, pyrkiä vastaamaan omiin kysymyksiin sekä kriittisesti analysoida omaa toimintaa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Olen kriittisesti tarkastellut omaa toimintaani työn aikana ja tehnyt tarvittavia muutoksia sen mukaan. Peruskysymyksiä itselleen esittämällä on pitänyt entisestään tarkentaa teoriapohjan syvyyttä, sekä selkeyttää sitä. Kuvaillemalla aineiston syntymistä ja empirian hankkimista, purkamista ja analysoimista sekä harkitsemalla tutkimusprosessin elementtejä ja vaiheita voidaan tutkimuksen pätevyyttä ja luotettavuutta lisätä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Olen mielestäni tarkasti kuvannut kyselyprosessin etenemisen, rekrytoinnista aina analyysiin saakka, joka lisää tutkimuksen luotettavuutta. Aikaisempaa tutkimustietoa tabletinkäytöstä lasten toimintaterapiassa ei juuri ollut joka laskee tutkimuksen luotettavuutta. Myös vastaajien määrä jäi melko pieneksi suhteutettuna Suomen toimintaterapeutteihin mikä laskee tutkimuksen luotettavuutta. Kaiken kaikkiaan uskon kuitenkin, että saamani tulokset tabletinkäytöstä toimintaterapiassa ovat luotettavia.

11.4 Jatkokäyttömahdollisuudet

Kuten jo aikaisemmin mainitsin, niin tekemäni kyselyn voisi toteuttaa koska vain uudestaan. Kysymyksiä hieman muuttamalla voitaisiin esimerkiksi selvittää, millälaisia suomalaisia sovelluksia jo löytyy ja miten paljon niitä käytetään toimintaterapiassa. Mielestäni toinen hyvä tutkimuksen aihe liittyen suomenkielisiin sovelluksiin on se millaisia suomenkielisiä sovelluksia toimintaterapeutit kaipaisivat.

Kyselyni vastaajista moni korosti niiden puutetta. Aihe on mielestäni mielenkiintoinen ja nykypäiväinen, joten aiheen ympärille pystyy kehittämään monta erilaista tutkimusta.

Lähteet

- American Occupational Therapy Association, Inc. Occupational Therapy for Young Children Birth through 5 Years of Age. Viitattu 12.1.2015.
<http://www.aota.org//media/Corporate/Files/AboutOT/Professionals/WhatIsOT/CY/Fact-Sheets/FactSheetOTforYoungChildren.pdf>
- American Occupational Therapy Association, 2014. Occupational therapy practice framework: Domain and process (3rd ed.). American Journal of Occupational Therapy, 68(Suppl. 1), S1–S48. Viitattu 16.1.2015.
<http://dx.doi.org/10.5014/ajot.2014.682006>
- Arjen tietoyhteiskunnan neuvottelukunta, Liikenne- ja viestintäministeriö. Tuottava ja uudistuva Suomi- Digitaalinen agenda vuosille 2011–2020. Viitattu, 23.1.2015. Juvenes Print Tampereen yliopistopaino Oy, Vantaa 2010.
http://www.lvm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1551286&name=DLFE-11771.pdf&title=Tuottava%20ja%20uudistuva%20Suomi.%20Digitaalinen%20agenda%202011-2020
- Clifford O'Brien J., Hussey S. 2007. Introduction to Occupational Therapy. 4. Painos. Elsevier
- Kankaanranta M., Mikkonen I., Vähähyppä K. 2012. Opetushallitus. Tutkittua tietoa oppimisympäristöistä. Tieto- ja viestintätekniikan käyttö opetuksessa. Viitattu 4.3.2015.
http://www.oph.fi/download/147821_Tutkittua_tietoa_oppimisymparistoista.pdf
- Ministry of Education. 2004. The Role and Potential of ICT in Early Childhood Education- A review of New Zealand and international literature. Viitattu, 26.1.2015. <http://www.nzcer.org.nz/system/files/ictinecefinal.pdf>
- Myyryläinen, M. 2013. Kuuloavain.fi- Kuntoutusta kosketusnäytöltä. Alun perin julkaistu Nappi- lehdessä 2/2013. Viitattu 13.2.2015.
https://www.google.fi/?gfe_rd=cr&ei=z83cVOGRJ8OForX4gLg&gws_rd=ssl#q=mik%C3%A4+on+tablettitietokone&start=10
- Opp, A. American Occupational Therapy Association, Inc. Occupational Therapy in Early Intervention: Helping Children Succeed. Viitattu 19.1.2015.
<http://www.aota.org/About-Occupational-Therapy/Professionals/CY/Articles/Early-Intervention.aspx>
- Papunet. Esitteet. OPAS tietoteknisiin apuvälineisiin. Viitattu 19.2.2015.
<http://papunet.net/tietoa/fileadmin/muut/Esitteet/Opas%20tietoteknisiin%20apuvälineisiin.pdf>
- Papunet. 2014. Tietoa- kommunikointiohjelmat. Viitattu 13.2.2015.
<http://papunet.net/tietoa/kommunikointiohjelmat>
- Papunet. 2014. Tietoa- tabletit apuvälinekäytössä. Viitattu 13.2.2015.
<http://papunet.net/tietoa/tabletit-apuvälinekäytossa>

Saaranen-Kauppinen, A., Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 13.2.2015. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/index.html>

Soininen, M. 1995. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Turku: Painosalama Oy

Solomon, J., Clifford O'Brien, J. 2011. Pediatric Skills for Occupational Therapy Assistants. 3rd edition. Elsevier, Missouri

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvolaopas. Lapset ja tietotekniikka. Viitattu 4.3.2015.

http://www.ebmguidelines.com/dtk/lno/avaa?p_artikkeli=lno00090

Tech Terms.com, 2010. Viitattu 12.2.2015. <http://techterms.com/definition/ict>

Terapiapsi.fi- kosketuksen taikaa. Viitattu 13.2.2015.

<http://www.terapiapsi.fi/hankinta.html>

Valkonen, K. 2014. Vernerinet.net. Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Tietokoneavusteinen kuntoutus. Viitattu 18.2.2015.

<http://verneri.net/yleis/tietokoneavusteinen-kuntoutus>

Viitapohja, K. 2010. Rinnekoti-Säätiö, Kv-tietopankki. Tietokoneavusteinen kuntoutus. Viitattu 18.2.2015. <http://www.kvhtietopankki.fi/kunt/tietokonekuntoutus/>

Liitteet

Liite 1. Kysely toimintaterapeuttien käyttökokemuksista

Tabletin käyttö lasten toimintaterapiassa

Olen Eveliina Santanen ja opiskelen toimintaterapiaa Jyväskylän ammatti-korkeakoulussa. Teen opinnäytetyötä tabletin käyttämisestä lasten toimin-taterapiassa.

Teknologia ottaa valtaa kokoajan lisää yhteiskunnassa, niin hyvässä kuin pahassa. Lääketiedettä ja apuvälineitä teknologia on vienyt valtavasti eteenpäin. Siksi minua kiinnostaakin se, miten se vaikuttaa toimintaterapi-an tulevaisuuteen. Miten toimintaterapeutit voisivat hyödyntää kokoajan kehittyvää teknologiaa? Erityisesti minua kiinnostaa tietää miten tablettia ja sen sovelluksia voitaisiin hyödyntää lasten toimintaterapiassa. Millaisten lasten kanssa sitä voidaan käyttää ja mihin tabletin käytöllä pyritään vaikut-tamaan?

Tämän kyselyn avulla haluankin kerätä käyttökokemuksia toimintatera-peuteilta ja analysoimalla vastaukset, saan mahdollisesti tietoa tabletin käy-töstä terapiassa. Kaikki tähän kyselyyn vastanneet pysyvät nimettöminä, eikä vastaustietoja jaeta eteenpäin. Vastaaminen on siis täysin luottamuk-sellista ja analysoituani vastaukset, poistan vastaukset koneeltani sekä sähköpostistani.

Vastaamalla tähän kyselyyn, annat siis oikeuden käyttää vastauksiasi minun opinnäytetyössäni.

1. Ikä

2. Sukupuoli

3. Työpaikka

4. Työkokemus

5. Työssä käyttämäsi viitekehys

6. Kuvaile esimerkein millaisten lasten (ikä, sukupuoli, diagnoosi, terapian tavoitteet) kanssa olet käyttänyt tablettia ja millaisia sovelluksia? (max 3 esimerkkiä)

7. Mihin lapsen terapian tavoitteisiin tabletin käytöllä pyritään vastaamaan?

8. Mihin ajattelet tabletin käytöllä olevan vaikutusta? Mitä sillä saavutetaan toimintaterapiassa?

9. Miten tabletin avulla opittu taito/tieto pystytään siirtämään lapsen arkeen/ miten lapsi pystyy soveltamaan oppimaansa?

10. Käytätkö tablettia terapian yhteydessä terapiatilassa vai jossakin muussa ympäristössä?

11. Onko tekijöitä jotka estävät tabletin käytön kokonaan?

12. Mitkä seikat ovat tabletin käytön hyviä puolia?

13. Mitkä seikat ovat tabletin käytön huonoja puolia?

14. Millaisena näet tabletin käytön tulevaisuuden toimintaterapiassa?

15. Jos sinulle jäi vielä jotakin sanottavaa, niin sana on vapaa!

KIITOS AJASTASI JA AVUSTASI!

EVELIINA SANTANEN,

TOIMINTATERAPEUTTIOPISKELIJA

JYVÄSKYLÄN AMMATTIKORKEAKOULU